#ленивая мама

АННА БЫКОВА

БОЛЬШАЯ КНИГА «ЛЕНИВОЙ МАМЫ»

ДВА БЕСТСЕЛЛЕРА ПОД ОДНОЙ ОБЛОЖКОЙ

• САМОСТОЯТЕЛЬНЫЙ РЕБЕНОК, ИЛИ КАК СТАТЬ «ЛЕНИВОЙ МАМОЙ» •

• РАЗВИВАЮЩИЕ ЗАНЯТИЯ «ЛЕНИВОЙ МАМЫ» •

SHOUT
SHARE
IT

Annotation

Эта книга нужна всем мамам (а также папам), настоящим и будущим. В нее вошли два бестселлера Анны Быковой из серии «Ленивая мама», которые совершили прорыв во взглядах на воспитание и роль родителей в жизни детей. Родители хотят вырастить человека, на которого можно будет положиться, кто не растеряется в сложных ситуациях. Но ничего не получится, если ребенка всегда опекать. Вопрос, как избавиться от тревожности и желания все контролировать, стал главной темой первой части «Самостоятельный ребенок, или Как стать „ленивой мамой“». Во второй части «Развивающие занятия „ленивой мамы“» затрагивается модная сегодня тема раннего развития детей. Анна Быкова рассказывает, как мама и папа могут обучать ребенка легко и весело, сколько интересного и необычного можно найти в самых простых вещах.

- Анна Быкова
  -
  - Самостоятельный ребенок, или как стать «ленивой мамой»
    - Предисловие
    - Введение
    - Часть 1
      - Я — ленивая мама
      - История возникновения «ленивой мамы»
      - Такая выгодная несамостоятельность
      - «А я самостоятелен?»
      - Какая мама нужна ребенку
      - С какого возраста можно применять «ленивую маму»?
      - Когда ребенку дать ложку, а когда шуруповерт?
      - Самостоятельность и безопасность
      - Самостоятельность и родительская тревога
      - Про контроль
      - Родительский сценарий. Ребенок как бизнес-проект
      - Самостоятельность и родительский перфекционизм
      - Что мешает стать «ленивой мамой»
      - Ребенок не хочет сам одеваться
      - Ребенок не хочет ходить на горшок

- Часть 2
  - Навыки самостоятельной игры
  - Ребенок не хочет самостоятельно кушать
  - Укладываться спать самостоятельно
  - Семейные традиции
  - Мамино время
  - Проблемы засыпания и как их решать
  - Засыпать в своей кроватке
  - Как научить ребенка убирать игрушки
  - Когда помощь во вред
  - Баланс «можно» и «нельзя»
  - «Я не могу»
  - Как создать для ребенка «могу»
- Часть 3
  - Как научить ребенка слышать с первого раза
  - Самостоятельный выбор
  - Если ребенок ничем не хочет заниматься
  - Самоопределение
  - Сам выбирает друзей…
  - …И любовь
  - Самостоятельность и нравственность
  - Кто будет решать проблему?
  - Умение трудиться
  - Что готовят «ленивые мамы»?
  - Про ранец с учебниками и сумку с продуктами
  - А если ребенок уже школьник, маме поздно становиться «ленивой»? Расставляем приоритеты
  - Такой «несамостоятельный»
  - Когда и как делегировать ребенку ответственность
  - Вина и ответственность
  - Воспитание в стиле коучинг
  - Четыре базовых этапа коучинга
  - «Волшебные вопросы», направляющие ребенка
  - Нужна ли девочкам самостоятельность?
  - Финансовая самостоятельность
- Заключение

○ Развивающие занятия «ленивой мамы»
- Введение
- Часть 1

- «Копай, зайка, копай!»
- Самая обычная развивающая прогулка
- Самая первая энциклопедия
- Как выбрать школу развития
- Когда родители лучше школы развития
- Второй ребенок
- Обучение или развитие
- Системное мышление
- Главные принципы развития системного мышления
- Главные принципы развития творческого мышления

- Часть 2
  - Откуда берутся умные дети
  - Игры с платочком
  - Мой ребенок не говорит
  - Как помочь заговорить
  - Речь на кончиках пальцев
  - Не просто сказки
  - Подключаем наглядность
  - Интеллект — это не только буквы
  - Почему так важно стучать по кастрюле
  - «Он не хочет со мной лепить»
  - Экспромты на тему игрушек-сортеров
  - Как мотивировать себя на занятия с ребенком?
  - Зачем учить ребенка падать
- Часть 3
  - Ее Величество Игра
  - После трех не поздно
  - Нравится ли ребенку учиться?
  - «А со мной родители не играли…»
  - Что делать с детскими эмоциями
  - Котопедагогика
  - Зачем учить ребенка рисовать?
  - Развитие творчества. Главное — не мешать!
  - В творчестве ребенка главное не результат, а процесс
  - Раскраски убивают творчество?
  - Детское творчество и границы дозволенного
  - Растить полиглота
  - Развивающий потенциал воды

- Что же это выросло?
- О важности общения. Эксперимент с горохом
- Тренинг достижения цели для четырехлетнего ребенка
- Как с нами география обедает

- Часть 4
  - Осенние листья как развивающий ресурс
  - Дугудот плюс дугудот
  - Наша математика. При чем тут кошки?
  - Скорость поедания печенья
  - Когда ОРВИ не помеха развитию
  - Развивающие игры с тетрадкой
  - Террариум
  - О пользе ручного труда для развития мышления
  - Мечты как импульс к развитию
  - Калории и развитие через чувство голода
- Вместо заключения. что должен знать ребенок

- notes
  - 1

Анна Быкова
Большая книга «ленивой мамы»

ленивая мама
ДВА БЕСТСЕЛЛЕРА ПОД ОДНОЙ ОБЛОЖКОЙ

Иллюстрация на переплете *Alexandra Dikaia*

Во внутреннем оформлении использованы иллюстрации @katyazzzmama

«Ленивая мама»® является зарегистрированным товарным знаком. Все права на его использование принадлежат ООО «Издательство „Эксмо“».

ИЗ ЭТОЙ КНИГИ ВЫ УЗНАЕТЕ:

✓ Как научить ребенка засыпать в своей кроватке, убирать игрушки и одеваться

✓ Когда стоит помочь ребенку, а когда лучше от этого воздержаться

✓ Как выключить в себе маму-перфекциониста и включить «ленивую маму»

✓ Чем опасна гиперопека и как этого избежать

✓ Что делать, если ребенок говорит: «Я не могу»

✓ Как заставить ребенка поверить в свои силы

✓ Что такое воспитание в стиле коучинг

✓ Откуда берутся умные дети

✓ Как помочь малышу заговорить

✓ Почему после трех совсем не поздно

✓ Зачем учить ребенка рисовать

✓ Нужно ли растить полиглота
✓ Как обедать с географией
✓ Может ли рассказ про одуванчик заложить основы системного мышления

САМОСТОЯТЕЛЬНЫЙ РЕБЕНОК, или КАК СТАТЬ «ЛЕНИВОЙ МАМОЙ»

Предисловие

Это книга о простых, но совсем неочевидных вещах.

Инфантильность молодых людей стала сегодня настоящей проблемой. У нынешних родителей энергии столько, что ее хватает, чтобы проживать жизнь еще и за своих детей, участвуя во всех их делах, принимая за них решения, планируя их жизнь, решая их проблемы. Вопрос, нужно ли это самим детям? И не является ли это бегством от своей жизни в жизнь ребенка?

Это книга о том, как вспомнить о себе, позволить себе быть не только родителем, найти ресурс для выхода за пределы этой жизненной роли. Книга о том, как избавиться от чувства тревожности и желания все контролировать. Как взрастить в себе готовность отпустить ребенка в самостоятельную жизнь.

Легкий ироничный слог и обилие примеров делают процесс чтения увлекательным. Это книга-рассказ, книга-размышление. Автор не указывает: «Делай так, так и вот так», а призывает задуматься, проводит аналогии, обращает внимание на разные обстоятельства и возможные исключения из правил. Думаю, книга может помочь людям, страдающим родительским перфекционизмом, избавиться от навязчивого и мучительного чувства вины, которое никак не способствует установлению гармоничных отношений с детьми.

Это умная и добрая книга про то, как стать хорошей мамой и научить ребенка быть в жизни самостоятельным.

Владимир Козлов, президент Международной академии психологических наук, доктор психологических наук, профессор

Введение

Статья «Почему я ленивая мама», напечатанная несколько лет назад, до сих пор кочует по Интернету. Она обошла все популярные родительские форумы и сообщества. У меня собралась даже группа ВКонтакте «Анна Быкова. Ленивая мама».

Тема воспитания в ребенке самостоятельности, которую я тогда затронула, очень бурно обсуждалась, и сейчас после публикации на каком-нибудь популярном ресурсе постоянно возникают споры, люди оставляют сотни и тысячи комментариев.

Я — ленивая мама. А еще эгоистичная и беспечная, как может показаться некоторым. Потому что хочу, чтобы мои дети были самостоятельными, инициативными и ответственными. А значит, надо предоставлять ребенку возможность проявить эти качества. И в этом случае моя лень выступает как естественный тормоз для излишней родительской активности. Той активности, которая проявляется в стремлении облегчить жизнь ребенка, делая все за него. Ленивую маму я противопоставляю гипермаме — то есть той, у которой все «гипер»: гиперактивность, гипертревога и гиперопека.

Часть 1
Почему я ленивая мама?

Я — ленивая мама

Работая в детском саду, я наблюдала немало примеров родительской гиперопеки. Особенно запомнился один трехлетний мальчик — Славик. Тревожные родители считали, что за столом он обязан съедать все. А то похудеет. Почему-то в их системе

ценностей похудеть было очень страшно, хотя рост и пухлые щеки Славика не вызывали тревоги по поводу дефицита массы тела. Не знаю, как и чем его кормили дома, но в садик он пришел с явным нарушением аппетита. Выдрессированный жесткой родительской установкой «Съедать нужно все до конца!», он механически жевал и проглатывал то, что было положено на тарелку! Причем его надо было кормить, потому что «сам он есть еще не умеет» (!!!).

В свои три года Славик действительно не умел самостоятельно есть — не было у него такого опыта. И вот в первый день пребывания Славика в детском саду я кормлю его и наблюдаю полное отсутствие эмоций. Подношу ложку — он открывает рот, жует, глотает. Еще одна ложка — снова открывает рот, жует, глотает… Надо сказать, что повару в садике особенно не удавалась каша. Каша получалась «антигравитационная»: если перевернуть тарелку, то вопреки законам гравитации она так и оставалась в ней, прилипнув ко дну плотной массой. В тот день многие дети кашу есть отказались, и я их прекрасно понимаю. Славик съел почти все.

Спрашиваю:
— Тебе нравится каша?
— Нет.
Открывает рот, жует, глотает.
— Хочешь еще?
Подношу ложку.
— Нет.

Открывает рот, жует, глотает.

— Если не нравится — не ешь! — говорю я.

Глаза Славика округлились от удивления. Он не знал, что так можно. Что можно хотеть или не хотеть. Что можно самому принимать решение: доедать или оставить. Что можно сообщать о своих желаниях. И что можно ожидать: другие будут с твоими желаниями считаться.

Есть замечательный анекдот про родителей, которые лучше самого ребенка знают, что ему нужно.

— Петя, немедленно иди домой!

— Мам, я что, замерз?

— Нет, ты проголодался!

> Если родители предугадывают все желания ребенка, ребенок еще долго не научится понимать свои потребности и просить о помощи.

Сначала Славик наслаждался полученным правом отказываться от еды и пил только компот. Потом начал просить

добавку, когда блюдо понравилось, и спокойно отодвигал тарелку, если блюдо было нелюбимым. У него появилась самостоятельность в выборе. А потом мы перестали кормить его с ложки, и он начал есть сам. Потому что еда — естественная потребность. И голодный ребенок всегда будет есть сам.

Я — ленивая мама. Мне было лень долго кормить своих детей. В год я вручала им ложку и садилась есть рядом. В полтора года мои дети уже орудовали вилкой. Конечно, до того как навык самостоятельной еды окончательно сформировался, приходилось отмывать и стол, и пол, и самого ребенка после каждой трапезы. Но это мой осознанный выбор между «лень учить, лучше все быстро сделаю сама» и «лень делать самой, лучше потрачу усилия на обучение».

Еще одна естественная потребность — справлять нужду. Славик справлял нужду в штаны. Мама Славика на наше законное недоумение отреагировала так: попросила водить ребенка в туалет по часам — каждые два часа. «Я дома его сажаю на горшок и держу до тех пор, пока он все дела не сделает». То есть трехлетний ребенок ждал, что в детском саду, как и дома, его

будут водить в туалет и уговаривать «сделать дела». Не дождавшись приглашения, он надувал в штаны, и ему даже в голову не приходило, что мокрые штаны надо снять и переодеть, а для этого обратиться за помощью к воспитателю.

Если родители предугадывают все желания ребенка, ребенок еще долго не научится понимать свои потребности и просить о помощи.

Через неделю проблема мокрых штанов была решена естественным путем. «Я хочу пИсать!» — гордо оповещал группу Славик, направляясь к унитазику.

Никакого педагогического волшебства. Физиологически организм мальчика на тот момент уже созрел для того, чтобы контролировать процесс. Славик чувствовал, когда ему пора идти в туалет, и уж тем более мог дойти до унитаза. Наверное, он мог бы начать делать это и раньше, но дома его опережали взрослые, усаживая на горшок еще до того, как ребенок осознавал свою потребность. Но то, что было уместно в возрасте одного-двух лет, продолжать в три года, конечно, не стоило.

В детском саду все дети начинают самостоятельно есть, самостоятельно ходить в туалет, самостоятельно одеваться и самостоятельно придумывать себе занятия. Также они привыкают обращаться за помощью, если не могут решить свои проблемы.

Я вовсе не призываю отдавать детей в садик как можно раньше. Напротив, считаю, что дома до трех-четырех лет ребенку лучше. Просто я говорю о разумном родительском поведении, при котором ребенка не душат гиперопекой, а оставляют ему пространство для развития.

Как-то ко мне в гости пришла подруга с ребенком двух лет и осталась ночевать. Ровно в 21.00 она пошла укладывать его спать. Ребенок спать не хотел, вырывался, упрямился, но мама настойчиво удерживала его в кровати. Я попыталась отвлечь подругу:

— По-моему, он еще не хочет спать.

(Конечно, не хочет. Пришли они недавно, тут есть с кем поиграть, новые игрушки — ему все интересно!)

Но подруга с завидным упорством продолжала его укладывать… Противостояние продолжалось больше часа, и в итоге ее ребенок все-таки уснул. Следом за ним уснул и мой ребенок. Все просто: когда устал, сам залез в свою кровать и уснул.

Дети несамостоятельны, если это выгодно взрослым.

Я — ленивая мама. Мне лень удерживать ребенка в кровати. Я знаю, что рано или поздно он уснет сам, потому что сон — естественная потребность.

В выходные я люблю поспать. В будни мой рабочий день начинается в 6.45, потому что в 7.00, когда садик открывается, у входных дверей уже стоит первый ребенок, привезенный спешащим на работу папой. Подниматься рано — жестоко для «совы». И каждое утро, медитируя над чашкой кофе, я успокаиваю свою внутреннюю «сову», что суббота подарит нам возможность выспаться.

В одну из суббот я проснулась около одиннадцати. Мой сын двух с половиной лет сидел и смотрел мультик, жуя пряник. Телевизор он включил сам (это нетрудно — нажать на кнопку), DVD-диск с мультом он тоже нашел сам. А еще он нашел кефир и кукурузные хлопья. И, судя по хлопьям, рассыпанным по полу, по разлитому кефиру и грязной тарелке в мойке, он благополучно позавтракал и, как мог, убрал за собой.

Старшего ребенка (ему 8 лет) уже не было дома. Вчера он отпросился с другом и его родителями в кино. Я — ленивая мама. Сыну я сказала, что мне лень вставать в субботу слишком рано, ведь тем самым я лишу себя драгоценной возможности выспаться, которую жду всю неделю. Если он хочет в кино, пусть сам заводит будильник, сам встает и сам собирается. Надо же, не проспал…

(На самом деле я тоже завела будильник — поставила виброзвонок и сквозь сон прислушивалась, как мой ребенок собирается. Когда за ним закрылась дверь, я стала дожидаться эсэмэски от мамы друга, что мой ребенок дошел и все нормально, но для него это все осталось за кадром.)

А еще мне лень проверять портфель, рюкзак для самбо и лень сушить вещи сына после бассейна. Также мне лень делать с ним уроки (если он не просит о помощи). Мне лень выносить мусор, поэтому мусор выбрасывает сын по пути в школу. А еще я имею наглость просить сына сделать мне чай и принести к компьютеру. Подозреваю, что с каждым годом я буду становиться все ленивей…

Удивительная метаморфоза происходит с детьми, когда к нам приезжает бабушка. А так как живет она далеко, то приезжает сразу на неделю. Мой старший тут же забывает, что он умеет сам делать уроки, сам разогревать себе обед, сам делать бутерброд, сам собирать портфель и уходить утром в школу. И даже засыпать один теперь боится: рядом должна сидеть бабушка! А бабушка у нас не ленивая…

Дети несамостоятельны, если это выгодно взрослым.

История возникновения «ленивой мамы»

«Скажите, это вы ленивая мама?» — весьма неожиданно было получить такой вопрос в социальной сети. Это что? Какая-то акция? В памяти всплыл детский стишок Якова Акима про бедного почтальона, выполняющего миссию, связанную с письмом без конкретного адреса: «Вручить Неумейке».

И что отвечать? Оправдаться? Перечислить все свои навыки,

умения и обязанности? А может, выслать копию трудовой книжки?

На всякий случай уточняю:

«В смысле?»

И вопрос ставится уже по-другому:

«Это вы автор статьи про „ленивую маму“?»

Ах, да, тогда это я…

Но изначально это была не статья. На одном из многочисленных психологических форумов, далеко не самом популярном, была поднята тема об инфантилизме подрастающего поколения и его причинах. И даже шире — об ущербности и слабости этого поколения. Если коротко, то все стенания комментаторов можно было свести к перефразированной цитате классика: «Ведь были ж дети в наше время!» Или к другому классическому изречению: «Да я в их годы…» После чего шли перечисления: «в пять лет бегал на молочную кухню за детским питанием для брата», «в семь лет брата из садика забирал», «в десять лет моей обязанностью было приготовить ужин для всей семьи».

Помню, я позволила себе иронично высказаться о прямой взаимосвязи между поведением детей и поведением родителей: «Если бы мамы были чуть более ленивы и не делали все за детей, то детям пришлось бы стать более самостоятельными». Но если подумать, это и в самом деле так. Ведь дети за последние десятилетия не стали реально хуже. Они не стали физически слабее и не утратили способности к труду. Однако возможностей для проявления своей способности к самостоятельным действиям у них стало меньше. Почему? Потому что детская самостоятельность перестала быть жизненно важной потребностью для семьи, потребностью, освобождающей мамины руки и мамино время для зарабатывания на хлеб насущный. Более того, в восприятии многих родителей самостоятельность стала синонимом опасности. А дети — они ведь не просто дети, а дети своих родителей, то есть являются частью семейной системы, где все элементы взаимосвязаны. Когда меняется поведение родителей, соответственно меняется и поведение детей. Если все делать за ребенка, то у него не будет стимулов для развития. И наоборот, если взрослые перестают делать за ребенка то, что ему уже по силам, то ребенок начинает самостоятельно реализовывать возникающие потребности.

Из обсуждений на форуме, из жизненных примеров, когда лень противопоставлялась гиперопеке, появились записи в блоге — просто, чтобы собрать мысли в кучку. И вдруг неожиданное предложение редактора журнала: «А вы не против, если мы это

как статью опубликуем?» А потом редактор добавила: «Это будет бомба!»

Действительно, получилась информационная бомба. Взорвалась, сработала. Мою статью цитировали на родительских форумах, размещали в блогах и соцсетях, на популярных интернет-ресурсах, в том числе и зарубежных. Например, при переводе на испанский Славика переименовали в Себастьяна, дневник почему-то заменили на портфолио, а мама (то есть я) в испанской версии просила принести ей не чай, а кофе, ибо чай в Испании весьма непопулярный напиток. И везде в комментариях рождались бурные споры: «Хорошо это или плохо — быть ленивой мамой?» От «вот так и надо воспитывать детей, чтобы они были готовы к жизни!» до «зачем тогда вообще детей рожать? Чтобы прислуживали?!» Но на самом деле люди спорили вовсе не друг с другом, а скорее со своими проекциями. Каждый проецировал на статью какую-то свою личную историю, пример из своего детства, пример из жизни знакомых.

> Мамина «лень» в основании должна иметь заботу о детях, а не равнодушие.

К сожалению, по Инету разошлась несколько урезанная версия статьи (нужно же было как-то уместить ее на журнальном развороте), и поэтому далеко не все поняли, что в ней вообще-то говорилось не про истинную лень, а про создание условий для развития детской самостоятельности. И что я не имела в виду вынужденную раннюю самостоятельность, которая возникает как следствие родительского пофигизма, равнодушного отношения к ребенку. Когда в комментариях под статьей «Почему я — ленивая мама» люди пишут: «И я, и я ленивая», понимая под этим «я целый день за компом/сплю/в телевизоре, а ребенок играет сам по себе», мне становится тревожно. Мне бы не хотелось, чтобы мой посыл воспринимали в этом случае как индульгенцию. Хорошо, когда ребенок может сам себя занять и сам себя обслужить, но плохо, если он всегда сам по себе. Если так — он сильно теряет в развитии.

Мамина «лень» в основании должна иметь заботу о детях, а не равнодушие. Поэтому для себя я выбрала путь «ленивой мамы», которой и правда лень все делать за детей, и делать по первому их требованию. Ей лень — и она учит детей все делать самостоятельно. Уж поверьте, это тоже непростой путь и, может, даже более энергозатратный. Истинная лень тут и рядом не валялась… Конечно, проще самой быстренько помыть посуду, чем вытирать воду с пола после того, как ее помоет пятилетний ребенок. А потом, когда он уснет, еще придется перемывать тарелки, так как на них поначалу и жир останется, и средство для мытья посуды. Если позволить трехлетке поливать цветы, то тут тоже не все сразу получится. Ребенок может опрокинуть цветок, рассыпать землю, может залить цветок, и вода потечет через край горшка. Но именно так, через действия, ребенок учится координировать движения, понимать последствия и исправлять ошибки.

Всем родителям в процессе воспитания часто приходится делать выбор: быстро все сделать самим или воспользоваться ситуацией и чему-то научить ребенка. Второй вариант имеет два бонуса: а) развитие ребенка и б) высвобождение времени родителей впоследствии.

И однажды, когда ребенок уже многое будет знать и уметь, мама сможет позволить себе полениться. Теперь уже в прямом смысле.

Такая выгодная несамостоятельность

Что за странный вывод?! Почему, если дети несамостоятельны, это выгодно взрослым? В чем выгода несамостоятельности ребенка?

> «Вырос» и «стал взрослым» — не тождественные понятия.

О, вы знаете, выгода очень проста: взрослые в этом случае получают внешнее подтверждение своей сверхценности, важности, незаменимости. Это бывает необходимо, если нет внутренней уверенности в своей ценности. И тогда фразу «Он без меня ничего не может» можно перевести так: «Я без него не могу, ведь только он дает мне подтверждение моей ценности». Зависимость от ребенка вынуждает делать ребенка зависимым. Подсознание выстраивает свою логическую цепочку: «Если он ничего не может сам, значит, он никуда не уйдет, он всегда-всегда будет со мной, и в 20 лет, и в 40… Я всегда буду ему нужна, а значит, я никогда не буду одинокой». Часто это даже не осознается. На уровне сознания мама может искренне переживать, что у ребенка никак не складывается жизнь. Но на подсознательном уровне она сама моделирует этот сценарий.

Я встречала людей, которые физически выросли, но при этом

не стали взрослыми и самостоятельными. Не овладели навыком самоконтроля. Не приобрели способность принимать решения, брать на себя ответственность. Я знала школьников, чьи домашние задания до выпускного класса контролировали родители. Я работала со студентами, которые не знают, зачем учатся и чего хотят в жизни. За них все всегда решали родители. Я видела дееспособных мужчин, которых на прием к врачу приводили мамы, потому что сами мужчины терялись, где взять талон и в какой кабинет занять очередь. Я знаю женщину, которая в 36 лет одна, без мамы, в магазин за одеждой не ходит.

> Единственная и самая важная миссия родителей — научить ребенка быть самостоятельным.

«Вырос» и «стал взрослым» — не тождественные понятия. Если я хочу, чтобы мои дети были самостоятельными, инициативными и ответственными, то для этого надо предоставлять им возможность для проявления этих качеств. И даже не придется напрягать фантазию для искусственного создания ситуаций, требующих самостоятельности, если у мамы, папы или другого присматривающего взрослого (например, бабушки) будут еще интересы помимо ребенка.

Сейчас выскажу крамольную для большинства мам мысль: ребенок не должен быть на первом месте. У меня на первом месте — я. Потому что если я сейчас посвящу свою жизнь детям, буду жить исключительно их интересами, то через десять-пятнадцать лет мне будет очень сложно их от себя отпустить. Как же я буду жить без детей? Чем заполню образовавшуюся пустоту? Как удержу себя от соблазна вмешиваться в их жизнь, чтобы «осчастливить»? И как они будут без меня, привыкшие, что за них думает, делает и принимает решение мама?

Поэтому кроме детей у меня есть я, есть любимый мужчина, есть работа, есть профессиональная тусовка, есть родители, есть друзья и есть увлечения — при таком комплекте не все пожелания ребенка исполняются моментально.

— Мама, налей мне попить!

— Сейчас, солнце, я закончу письмо и налью тебе воды.

— Мама, достань мне ножницы!

— Я сейчас не могу отойти от плиты, а то каша сгорит. Подожди минутку.

Ребенок может чуть-чуть подождать. А может сам взять стакан и налить себе воды. Может подтащить табурет к шкафу, чтобы достать ножницы. Мой сын чаще всего предпочитает второй вариант. Он не любит ждать — он ищет способ получения желаемого.

Конечно, это не значит, что так стоит поступать абсолютно с каждой просьбой ребенка. Есть действия, которые ребенку пока еще сложно выполнить самому. Есть что-то, что мама может сделать прямо сейчас, не отрываясь от других дел. Например, если мама как раз наливает себе воды. Будет странно, если она в этот момент откажется налить воды еще и ребенку. Без фанатизма, пожалуйста.

«А я самостоятелен?»

На самом деле единственная и самая важная миссия родителей — научить ребенка быть самостоятельным.

Это значит:

✓ самостоятельно мыслить;
✓ самостоятельно принимать решения;
✓ самостоятельно удовлетворять свои потребности;
✓ самостоятельно планировать и действовать;
✓ самостоятельно оценивать свои действия.

КОЛЕНЬКА! ХВАТИТ ЕРУНДОЙ ЗАНИМАТЬСЯ... ТЫ ЖЕ У МЕНЯ УМНЕНЬКИЙ МАЛЬЧИК, ПОЙДЕМ МАМА С ТОБОЙ В «СЪЕДОБНОЕ-НЕСЪЕДОБНОЕ» ПОИГРАЕТ

Самостоятельный человек знает, чего он хочет, и знает, как он может этого достичь. Самостоятельный человек независим. Это не значит, что он одинок. Это значит, что отношения с другими он строит не на принципах созависимости: «Я без тебя не могу, и ты без меня не справишься», а на принципах симпатии: «Я без тебя могу, но мне приятно быть рядом с тобой».

Психологически зрелая личность — самостоятельная. И предпочитает окружать себя такими же психологически зрелыми людьми. Зависимые тянутся к зависимым, чтобы создать привычные созависимые отношения.

> «Я давно не люблю мужа, но я без него не смогу прожить. Жить будет негде и не на что. Я знаю, что он мне изменяет, но я готова с этим мириться, потому что он меня содержит. С другой стороны, я знаю, что я ему нужна. Он в быту полный ноль, даже яичницу себе не пожарит. А еще он очень любит нашего сына. А сын очень любит меня. Так любит, что даже заснуть без меня

не может. Ему уже 5 лет, но мы еще ни разу не расставались. Мы спим с ним вместе и играем всегда вместе, он предпочитает играть со мной, а не с ребятами на игровой площадке..»

То, что эта женщина воспринимает как показатели очень сильной любви, на самом деле — показатели зависимости. Когда ребенок любит проводить время с мамой — это любовь. Когда пятилетний ребенок не может проводить время без мамы — зависимость.

Из-за неудовлетворенных отношений с мужем женщина неосознанно привязывает к себе ребенка. И это отнюдь не здоровая привязанность. Не ощущая своей ценности для мужа, женщина таким образом возмещает недостающее за счет ребенка, культивируя свою сверхценность как мамы.

Можно предположить, что впоследствии у ее ребенка возникнут сложности в общении со сверстниками. Для мамы от этого прямая выгода: если у ребенка не складывается общение со сверстниками, значит, он будет вынужден общаться исключительно с мамой, и мама не почувствует себя одинокой.

Когда супругов связывают теплые чувства, а не созависимость, им легче отпустить от себя ребенка, потому что им есть о чем поговорить друг с другом, есть чем заняться без ребенка. Поэтому важно начинать работу над самостоятельностью ребенка именно с себя. И прежде всего ответьте себе на вопрос: «А я самостоятелен?»

«Я хочу воспитать своего ребенка самостоятельным, но мне в этом мешают бабушка и дедушка. Я даю ему ложку, чтобы он ел сам, а бабушка начинает его кормить.

Я кладу ему одежду на стульчик и прошу одеться, а бабушка начинает его одевать.

Я хочу, чтобы сын научился какое-то время играть самостоятельно, но его ни на минуту не оставляют одного, с ним постоянно играют то дедушка, то бабушка…»

Почему так много бабушки и дедушки в этих отношениях? Почему они не считаются с мнением дочери?

Объяснение простое. Дочь живет вместе с родителями, на их территории и за их счет. Не замужем, не работает, и ее, и внука содержат бабушка и дедушка. То есть дочь несамостоятельна. До

тех пор пока она зависит от родителей, они могут игнорировать ее пожелания. Тем более что у них есть от этого выгода. Если дочь выросла несамостоятельной, они получили возможность тотального контроля над ней. Теперь им важно получить возможность тотального контроля еще и над внуком.

Возможность воспитать самостоятельного ребенка появляется не ранее, чем самостоятельными станут его родители. Как подобные проблемы взаимоотношений с бабушками решают самостоятельные родители? Иногда весьма категорично: «Дорогие родители, если вы не будете считаться с моими принципами воспитания, я буду вынужден(а) ограничить ваше общение». Только самостоятельный и независимый человек может устанавливать свои правила. К его мнению прислушиваются. А мнение зависимого человека можно игнорировать, потому что ему все равно некуда деться.

Если процесс сепарации от родителей еще не пройден или вы постоянно выстраиваете созависимые отношения, имеет смысл поработать с психологом, пройти курс личной психотерапии. Увы, далеко не все проблемы решаются посредством прочтения книг. Часто нужен взгляд со стороны.

Несамостоятельность в вертикальных отношениях «родитель

— ребенок» или горизонтальных «муж — жена» всегда имеет под собой какую-то выгоду, скрытую потребность каждого участника системы.

— Мы живем вместе уже десять лет, и каждое утро начинается с вопроса: «Люба, где мои носки?» Это же невыносимо!

— Но вы десять лет это терпели, а что сейчас привело вас на консультацию к семейному психологу?

— У нас родился сын. Чудесный мальчик, очень сообразительный, быстро развивается. Он рано начал говорить, ему сейчас полтора года, а он уже стишки за мной повторяет! — Лицо женщины светится радостью и гордостью за сына.

— И как это связано с носками мужа?

Выражение лица и интонация снова меняются:

— Он повторяет за мужем: «Где мои носки»! Это ж какой пример он сыну подает! Это ж кто у нас вырастет?

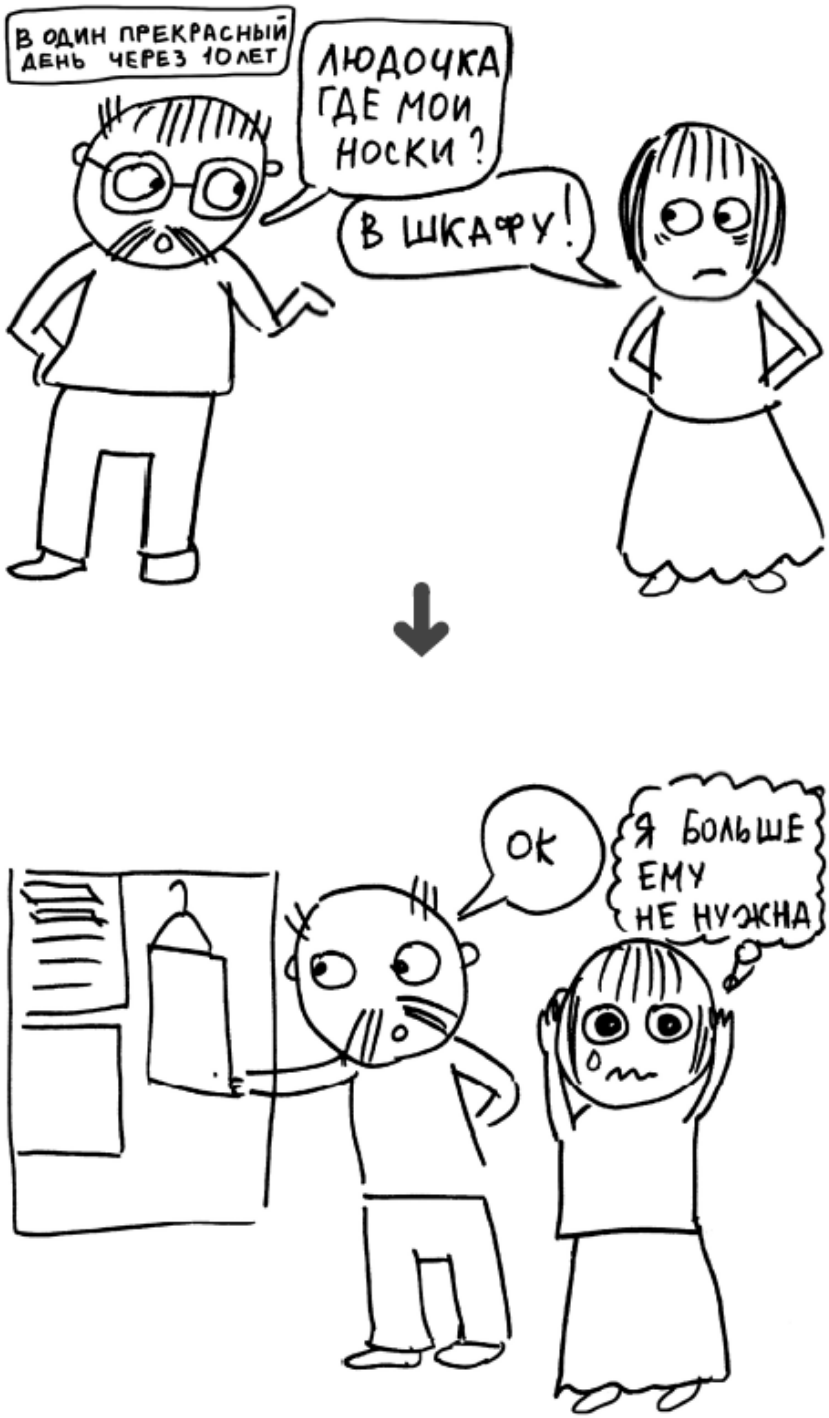
— Понятно. Скажите, а что делаете вы, когда слышите от мужа этот вопрос?

— Я? Подаю ему носки.

— Все десять лет?

— Ну да.

— Представляете, насколько у него этот рефлекс закрепился? Причем с вашей подачи. В прямом смысле. Он спрашивает — вы подаете. Если вам хочется, чтобы муж изменил свое поведение, то прежде всего вы должны поменять свое.



— И как мне его поменять? Сказать ему: «Сам о своих носках

позаботься»?

— Звучит грубовато… А если придумать более мягкий вариант?

— Носки в шкафу в спальне, на второй полке снизу, твои — слева.

— У вас всегда носки лежат на одном и том же месте?

— Да.

— Полагаю, через несколько напоминаний ваш муж запомнит, где следует искать носки.

> Возможность воспитать самостоятельного ребенка появляется не ранее, чем самостоятельными станут его родители.

— А с сыном как быть, чтобы этого вопроса не было?

— Аналогично. Если носки всегда будут лежать на одном и том же месте, ребенок это запомнит. Помогут простые комментарии: «А носочки у нас лежат здесь», помогут инструкции: «Носочки нужно положить на место», помогут просьбы: «Иди, принеси носочки», «Надень, пожалуйста, носочки». И надо быть готовой к тому, что носочки ребенок наденет кверху пяткой, а может, и непарные. Зато он все сделает сам.

Так бывает, что до рождения ребенка женщина охотно играет роль мамы для своего мужа. «Он без меня с голоду умрет!», «Он без меня носки не найдет!» И муж своим поведением: «Оля, я не нашел, что покушать» — подыгрывает ей. В такой игре всегда есть неосознаваемая потребность со стороны обоих партнеров. Но все можно изменить. При желании.

Какая мама нужна ребенку

На формирование моих воспитательных убеждений когда-то оказали влияние две женщины. Обеим было чуть за пятьдесят, у обеих были мужья, дети, внуки, и обе работали со мной в одном бюджетном образовательном учреждении — на этом сходство заканчивалось. А ключевым отличием было отношение этих женщин к себе.

Одна из них (назову ее Тамара Петровна) была исключительно жертвенной особой. Именно так она себя гордо именовала. «Я опять жертвую личным временем ради образовательного процесса», — громогласно объявляла она в преподавательской, соглашаясь выйти на замену заболевшей коллеги. Сама же она никогда не сидела на больничном, предпочитая переносить недомогания «не отходя от станка». Чуть

что, Тамара Петровна демонстративно пила лекарства, которые сама себе и прописывала, так как ей некогда было ходить по врачам. И все мы, конечно, слышали о ее подвиге: как однажды после операции она ушла из больницы, чтобы принять экзамен. Нагрузка у нее всегда была максимальной, даже больше нормы, и «лишние» часы приходилось официально оформлять на кого-нибудь другого. Так много работала она исключительно ради детей, которых «нужно хорошо обеспечить». Крылатая фраза «Все лучшее — детям!» была не только ее личным лозунгом, но и стилем жизни. Как бы ни складывались обстоятельства, в первую очередь удовлетворялись потребительские нужды ее детей (запросы, как вы понимаете, постоянно росли), сама же Тамара Петровна питалась и одевалась очень аскетично и уж тем более не позволяла себе тратиться на развлечения и прочие «глупости».

Вторая женщина (пусть будет Татьяна Павловна) по своему образу жизни была полной противоположностью Тамаре Петровне. Нагрузку она брала по минимуму. При необходимости имела «наглость» уходить на больничный даже во время сессии. Ссылаясь на слабое здоровье, могла взять посреди учебного года отпуск без содержания, чтобы съездить в санаторий, чем вызывала у Тамары Петровны идеологическую ненависть.

Периодически в столовой я пересекалась то с одной, то с другой, а то и сразу с обеими…

Тамара Петровна была весьма и весьма разговорчива. Она жаловалась на здоровье, на хроническую усталость, на

неблагодарных детей, которые теперь каждый вечер подсовывают ей внуков, лишая возможности отдохнуть после тяжелого трудового дня, а работает она ради них же… Интонация, с которой все это произносилось, явно подчеркивала, что роль жертвы — это любимая роль Тамары Петровны. И за эту роль она ждет оваций…

Татьяна Павловна, напротив, была спокойна, улыбчива и больше слушала, чем говорила сама. Иногда рассказывала что-то смешное о внуках.

Однажды она задала Тамаре Петровне наивный вопрос:

— А почему вы не пройдете обследование, если вас беспокоят частые головные боли?

И тут Тамару Петровну прорвало.

— Вот что я вам скажу, голубушка. Если вы кого любите, так только себя. Личные потребности для вас превыше всего. У вас и обследования, и санатории, и отпуск внеплановый… А мне о себе подумать некогда! У меня и работа, и дети, и внуки, и весь дом на мне держится! Я в первую очередь о близких думаю! И во вторую очередь тоже думаю о них!

Татьяна Павловна выдержала паузу и, невозмутимо помешивая ложечкой чай, сказала: — Я тоже думаю о близких… Зачем, думаю, им нужна больная, усталая, вечно ноющая, взвинченная, требующая благодарности тетка? Нет! Им нужна спокойная, здоровая, полная сил, способная поддержать и оказать помощь мама и бабушка. Вот поэтому я и думаю о себе, о своем настроении и о своем здоровье. Я люблю себя, чтобы были силы любить близких и быть им полезной.

В то время я еще только мечтала стать мамой, но уже любила своих будущих детей и знала, что обязательно «все лучшее — детям». А после этого диалога я поняла, что «лучшее» — это не про материальные блага. Это отношение, это настроение и это самочувствие. Ребенку не нужна «жертвенная» мама. Ребенку нужна мама любящая и счастливая.

Это не значит, что мама должна поставить крест на себе или на своей работе. Некоторым мамам для счастья нужно много работать. Но вопрос не в количестве рабочих часов в неделю, а скорее в мотивации. Для выросших детей одинаково плохи оба посыла: «Я всю жизнь на вас работала!» и «Ради вас я отказалась от карьеры!» Еще хуже варианты: «Я из-за вас замуж не вышла! Не хотела, чтобы отчим в дом пришел!», «Из-за вас я с нелюбимым мужем всю жизнь прожила, выходки его терпела, только чтобы вы в полной семье выросли!» Чаще всего такого рода жертвенность — это перекладывание ответственности на детей за свое неумение жить. И как потом жить с осознанием, что мама была

несчастной… из-за собственного ребенка?

И если бы дело было только в моральных угрызениях! Смотрите, какие могут развиваться сценарии.

ХОРОШО МАМ, Я БУДУ СМОТРЕТЬ, ЧТОБЫ МНЕ НЕ ПОДСУНУЛИ НИЧЕГО ИСПОРЧЕННОГО...
КОНЕЧНО, У ТЕБЯ ВКУСНЕЕ, МАМ...
НЕТ! ВИКА НЕ РАЗОБЬЕТ МНЕ СЕРДЦЕ... ХОРОШО НЕ ПОЗДНО

ПЕРВЫЙ: принести свое счастье в жертву маме, как когда-то поступила она. Вам ведь наверняка известны случаи, когда сын одинокой мамы не может устроить свою личную жизнь и лет до сорока (в лучшем случае) остается холостяком? И если бы это был осознанный выбор! Увы, каждый раз, когда сын собирался на свидание (и в двадцать лет, и в тридцать), у мамы случался «приступ».

ДА КАКАЯ ТЕПЕРЬ РАБОТА... ЛИШЬ БЫ ПЕТЕЧКА ПОБОЛЬШЕ ГУЛЯЛ
ПРАВИЛЬНО! И НЕ ЗАБЫВАЙ НОСИК ПЕРСИКОВЫМ МАСЛИЦЕМ МАЗАТЬ.. Я, КОГДА ТЫ У МЕНЯ РОДИЛАСЬ, Я СРАЗУ РЕШИЛА, ЧТО ВСЮ СЕБЯ МОЕЙ ЛИДОЧКЕ ПОСВЯЩУ.

ВТОРОЙ: принять жертвенность мамы за образец и, когда появятся собственные дети, во всем следовать ее примеру, то есть жертвовать собой ради своих детей.

ТРЕТИЙ: отдалиться от мамы, чтобы как можно реже выслушивать ее упреки в неблагодарности, оградить себя от навязываемого чувства вины. Проблема здесь в том, что, когда ты приходишь к выводу — да, ради тебя жертвовали собой, — от навязанного чувства вины сложно избавиться.

ЧЕТВЕРТЫЙ, самый благоприятный, но редко осуществляемый: выросший ребенок все-таки становится счастливым (саморазвитие, психотерапия, книги, наставники) и

даже более того — он сможет сделать маму чуть счастливее. Но лучше, если порядок будет другим: счастливая мама научит ребенка быть счастливым, ведь дети учатся не столько на словах, сколько на личном примере.

Ради счастья детей найдите свой рецепт счастья. Не надо жертвенности и надрывной усталости. Не забывайте заботиться о себе.

С какого возраста можно применять «ленивую маму»?

Мамы — они такие, что при желании всегда найдут повод для тревоги. Даже если сказать им: «Расслабьтесь, совершенно не обязательно скакать вокруг ребенка 24 часа в сутки», они с тревогой начнут уточнять: «А если не скакать, не будет ли это психологической травмой для ребенка?», «Хорошо, пусть не 24, а 22 часа — это много или мало?»

Когда мама постоянно испытывает внутреннюю тревогу и у нее очень мало веры в себя, хочется четких и понятных внешних ориентиров, которые помогут пусть ощупью, но все же найти верный путь. У такой мамы чаще всего возникают вопросы: «Когда нужно начинать развивать самостоятельность?», «Когда дать ребенку ложку?», «Когда приучать его к туалету?». И самый важный в контексте этой книги вопрос: «С какого возраста ребенка можно „включить“ ленивую маму?»

Отвечаю: с любого. Понимаете, «ленивая мама» — это не программа воспитания, а жизненная философия. И разница в подходе «ленивой» и «неленивой» мамы может проявляться в любом возрасте.

Ради счастья детей найдите свой рецепт счастья. Не надо жертвенности и надрывной усталости. Не забывайте заботиться о себе.

Неленивая мама детское белье стирает руками в специальном «детском» тазике и исключительно детским мылом — никакого порошка! Она не расстается с утюгом и белье проглаживает с двух сторон. Кипятит не только пустышки, но и детские игрушки. Упавшую на прогулке лопатку она поднимает раньше, чем ребенок успеет за ней наклониться. Неленивая мама подсаживает ребенка на скамейку еще до того, как он закинул ножку в попытке залезть самостоятельно Неленивая мама бежит за санками, летящими с горы, чтобы поднять их в гору вместе с ребенком, хотя ребенок уже может подняться в гору сам. Неленивая мама всегда и все помнит за ребенка: и расписание на завтра, и что нужно принести в школу, и в котором часу начнется экскурсия, — она освобождает ребенка от потребности что-либо запоминать. Неленивой маме не лень вставать утром, чтобы проводить ребенка в школу, пусть даже у нее температура и пусть даже это уже выпускной класс.

А КАКОЙ ЦВЕТ ГОРШКА ОПТИМАЛЕН ДЛЯ МАЛЬЧИКОВ-ОВНОВ?
А НЕ БУДЕТ ЛИ У МОЕГО ПЕТЕНЬКИ ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ ТРАВМЫ, ЕСЛИ Я ПОСАЖУ ЕГО НА ГОРШОК ТАК, БЕЗ ПРЕДУПРЕЖДЕНИЯ?
А КОГДА ЛУЧШЕ ЭГО СДЕЛАТЬ-УТРОМ ИЛИ ВЕЧЕРОМ? ЗИМОЙ ИЛИ БЛИЖЕ К ЛЕТУ

А ленивая мама? Она учит, рассказывает, показывает,

знакомит, помогает, но не делает за ребенка то, с чем он может справиться. Ребенок растет — и мама постепенно отпускает его от себя, понемногу передавая ему ответственность за то, что с ним происходит.

Формула проста: сначала вы делаете что-то вместе с ребенком, потом он делает это сам, а вы, доверяя ему, подбадриваете и помогаете при необходимости. И наконец, он все делает один, а вы им гордитесь.

Ребенку важно знать, что мама им гордится. Потому что ощущение успеха — движущий фактор развития.

Когда ребенку дать ложку, а когда шуруповерт?

Когда дать ребенку ложку? Тогда, когда он проявит к ней интерес. когда потянется к ложке или даже попытается у вас ее отнять. Или когда начнет активно есть руками. Ориентируйтесь не на нормативные таблицы и предписания, а на импульсы вашего ребенка. Если не дать ложку, когда есть импульс, потом может случиться так, что ребенок уже не захочет брать этот прибор в руку и начнет требовать, чтобы его кормили. Критерий самый универсальный — наблюдать за ребенком и следовать за его импульсами. Вы же не задаетесь вопросом: «Когда ребенку вставать?» Ребенок сам встанет, когда почувствует в себе силы. Схватится ручками за перильца кроватки, подтянется и встанет. И никто в этот момент не будет усаживать его обратно. Ему надо — и он встал.

Ребенок растет — и мама постепенно отпускает его от себя, понемногу передавая ему ответственность за то, что с ним происходит.

Когда ребенок пытается сам произносить слова, никто не закрывает ему рот, это даже звучит абсурдно. Но иногда приходится слышать нечто подобное:

— Я сам надену!

— Нет, ты долго будешь копаться, давай я тебя быстро одену. (И при этом мамы сверяют достижения ребенка с таблицей развития — в каком возрасте ребенок должен уметь самостоятельно одеваться.)

— Я сам пойду!

— Нет, ты упадешь, дай мне руку!

— Я сам понесу!

— Нет, ты уронишь!

— Я сам открою!

— У тебя не получится!
— Я сам налью!
— Нет, лучше я! Ты прольешь!

Вот так, постепенно, ребенок теряет тягу к самостоятельности и, что хуже всего, — начинает верить, что он не умеет, что он не справится и будет лучше, если все за него сделает мама. Ведь правда, у мамы лучше получается?

Моему племяннику два года, и он уже умело пользуется шуруповертом. В семье никто не задавался вопросом: «Когда дать ребенку шуруповерт?» Да и нет такого норматива в таблице развития. Родители не ставили перед собой такой задачи — научить пользоваться шуруповертом. Но однажды малыш увидел шуруповерт в руках папы и сказал: «Дай!» Так шуруповерт стал любимой игрушкой. Папа показал, научил и выделил специальную дощечку, в которую можно вворачивать шурупы. Зрелище, конечно, умильное: сидит карапуз на горшке с

шуруповертом и сосредоточенно вворачивает гайки. Но на самом деле так развивается моторика. И так развивается самооценка.

Не думайте: пора или не пора? Сможет или не сможет? Дайте ребенку попробовать. Может он или нет — это он сам решит. Только обязательно будьте рядом для обеспечения безопасности.

> «Вы знаете, у нас с мужем конфликт. Сейчас сыну год и четыре месяца. Споры по поводу предоставления ребенку самостоятельности начали возникать на улице. Я где-то поддерживаю, даю руку, а муж это считает излишним. Мне же кажется, что нет ничего страшного в том, чтобы дать малышу руку. Поискала статьи на эту тему в Интернете, но ничего не нашла. Что вы думаете по этому поводу?»

Я думаю, что рекомендаций на тему «Когда перестать держать ребенка за руку» просто быть не может, как не может быть и строго определенного возраста для этого. В жизни бывают моменты, когда и тринадцатилетнего сына нужно держать за руку. Того самого, который в годовалом возрасте, выдернув ручонку из руки взрослого, бегал по дорожкам в парке, распугивая голубей. В этом вопросе нужно ориентироваться не только и не столько на возраст. Куда важнее оценить ситуацию и, конечно, надо наблюдать за ребенком, оценивать его силы: с чем он уже справляется, а с чем — нет.

Важно и то, как он себя чувствует. Если малыш уверенно карабкается на горку, то, возможно, в этот момент ему не нужна помощь взрослого. Но если он не удерживает равновесие, оглядывается на родителей в поисках поддержки, тянет ручку к руке взрослого, обязательно нужно прийти на помощь.

Доверяйте ребенку. Доверяйте себе. Не отказывайте в помощи, если ребенок просит. Ведь это совершенно разный подход к воспитанию и, как следствие, разные судьбы: когда ребенок не просит помощи, потому что может справиться сам, и когда он не просит помощи, потому что все равно никто не откликнется.

Всегда отзываться на просьбу ребенка о помощи и не отзываться принципиально — это две крайности. Еще раз: ситуации бывают разные. Важно чувствовать ребенка, чтобы понять, как поступить. За его просьбой могут стоять каприз, лень и даже проявление власти: «Как скажу, так и будет».

А могут — усталость, неуверенность в себе, потребность в заботе. Чего на самом деле хочет ребенок, когда просит о

помощи? Представьте себя на месте ребенка и продолжите за него фразу: «Повесь за меня одежду…» («…а я побегу играть») или «Повесь за меня одежду…» («…я сегодня слишком устал и очень хочу спать»).

Когда мой сын Арсений в 12 лет сломал палец на руке и ему наложили гипс, вечером он попросил снять с него рубаху. Пока он был в состоянии «о-ужас-перелом», я помогала ему себя обслуживать. Но уже через пару дней ребенок привык к факту перелома и к наличию гипса. Оказалось, что гипс на правой руке не мешает самостоятельно есть, чистить зубы, ездить на велосипеде, ловко управлять компьютерной мышкой и даже играть в баскетбол («Ну, мам, я же левой мяч веду»). Зато гипс мешал выполнять домашние задания и конспектировать учебный материал за учителем (просто мотивации на эти действия у него не было). В общем, через пару дней на просьбу сына «Сними мне рубашку» уже без зазрения совести можно было с иронией отвечать: «Я сегодня видела, как ты во дворе этим гипсом по баскетбольному мячу колотил, так что с рубашкой, думаю, ты тоже справишься».

Самостоятельность и безопасность

Словосочетание «детская самостоятельность» у некоторых родителей вызывает тревогу. Воображение рисует пугающие картины: несчастные случаи, плохие компании, распущенность, и все это следствие бесконтрольности.

Для снятия тревоги важно уметь различать нормальную, здоровую самостоятельность, которая несет только благо и без которой в жизни не обойтись, и самостоятельность опасную, которая, понятно, ничего хорошего не принесет. При здоровой самостоятельности родительский контроль остается. А вот если контроль полностью исключить, возникает опасная самостоятельность.

Самостоятельность и бесконтрольность — не синонимы. Отсутствие контроля, конечно, приводит к развитию самостоятельности, но вне контроля различных негативных последствий редко удается избежать.

Предоставляя ребенку самостоятельность, прежде всего важно очертить рамки ее проявления. По мере взросления рамки должны расширяться. Рамки, или границы, — это нормы, правила, условия, в основе которых в идеале должны лежать кроме безопасности нравственность и семейные традиции. Самостоятельность вне таких рамок — это распущенность и вседозволенность, и благом для ребенка она не является, так как

ребенок теряет защищенность.

> Доверяйте ребенку. Доверяйте себе. Не отказывайте в помощи, если ребенок просит.

Отпуская малыша в самостоятельное плавание, то есть ползание по квартире, предварительно уберите все опасные предметы, которые могут привлечь его внимание или случайно попасться на пути. Самое простое — положить повыше то, что представляет опасность. Это — физическое разграничение на «можно» и «нельзя». Как только ребенок научится подставлять табурет и залезать на него — опасные предметы надо убрать еще выше, еще дальше. Я могла спокойно подремать, когда мой двухлетка бодрствовал, только при условии безопасности окружающего пространства: ничего колющего, режущего, обжигающего или ядовитого в зоне доступа.

> Самостоятельность и бесконтрольность — не синонимы.

Сначала границы между «можно» и «нельзя» только физические, но вскоре ребенок начинает воспринимать вербальные границы — правила и запреты: «Нельзя брать в руки нож», «Нельзя ничего трогать на плите». Ребенок растет, расширяются и границы дозволенного. «Нельзя брать в руки нож» со временем сменяется на «Можно пользоваться ножом в присутствии взрослого», а потом очередь доходит и «Можно самому готовить на газовой плите».

Пример расширяющихся рамок для растущего ребенка

1. Мама решает, когда купать ребенка, и сама его купает. Сначала рамки самостоятельности ребенка ограничиваются лишь выбором игрушки для купания. Оставить малыша одного в ванне, полагаю, здравомыслящему родителю и в голову не придет. Это опасно, малыш может потянуться за игрушкой, потерять равновесие, «нырнуть» и захлебнуться.

2. Мама решает, когда купать ребенка. Ребенок сам выбирает игрушки для купания, шампунь, мыло и сам моется. Мама при этом, конечно же, рядом — контролирует процесс и качество, помогает при необходимости. Но просто контролировать процесс — мало. Ребенка нужно еще и учить безопасному поведению. Пустишь дело на самотек, ребенку может прийти в голову кувыркаться в ванне или нырять с края ванны вниз головой. А уж изобрести тысячу и один способ затопить соседей для него и вовсе пара пустяков.

3. Ребенок уже знает, что такое безопасное поведение в ванне. Он сам выбирает время купания, сам осуществляет процесс и сам контролирует качество. А мама? Мама озвучивает условия, как часто нужно мыться и до которого часа нужно управиться.

4. У ребенка уже четко сформированы понятия о чистоплотности и развиты навыки самообслуживания; когда пора купаться, он решает сам. Теперь в качестве «рамок» выступает условие опрятного внешнего вида.

Предвижу вопрос, с какого возраста ребенок должен купаться самостоятельно? Не должен. Не нравится мне формулировка «должен» в отношении ребенка. Ребенок может, ребенок способен — это другое дело. И его способность к чему-либо зависит не только от возраста. Родители, у которых несколько детей, часто замечают, что одного ребенка уже в пять лет можно спокойно оставить на какое-то время одного в ванне, будучи уверенным, что с ним ничего не случится, потому что ребенок — само спокойствие, «где посадишь — там и возьмешь». А вот другого даже в семь лет лучше одного не оставлять, потому что «безумные идеи» приходят в его голову гораздо быстрее, чем родители успевают среагировать. Напустить полную ванну ледяной воды, чтобы закалиться, — самый безобидный сценарий, все равно долго не высидит.

КАКАЯ ИГРУШКА БУДЕТ КУПАТЬСЯ С ТОБОЙ СЕГОДНЯ?
МОЖЕТ, ЧЕЛОВЕК ПАУК?
ДО 9 В КРОВАТЬ
ХОРОШО, МАМ!
В СРЕДУ МЫ ИДЕМ В ТЕАТР, ВЫМОЙ ГОЛОВУ
НЕ ВОПРОС

Аналогично и с другими «когда». Когда отпускать в школу одного? Это зависит от места, где вы живете, от маршрута, от самого ребенка. Одно дело, если школа находится во дворе и весь маршрут можно проследить из окна квартиры, и совсем другое, если до школы несколько кварталов, да еще и оживленные перекрестки надо переходить. Есть дети, которые рвутся к самостоятельности и требуют отпускать их без сопровождения взрослых. И есть дети, которые боятся идти одни и просят их провожать/встречать. Страх нельзя игнорировать. Поэтому, сопровождая ребенка, надо параллельно работать со страхом.

Прийти к самостоятельности через страх (здесь речь идет не о преодолении страха, а скорее о сосуществовании с ним) можно, но последствия могут аукнуться во взрослом возрасте. Вот пример. Свою дочку Лену семи лет мама, отправляясь на ночное дежурство, оставляла дома одну. В безопасности мама была уверена. Лена — серьезная девочка, в дневное время она спокойно остается дома одна. И что ей мешает оставаться одной вечером? Просто ляжет спать, а когда проснется, мама будет уже дома. Если что, у соседки есть ключи от квартиры.

Иррациональный страх девочки, что ночью из-под кровати вылезет чудо невиданное, мама игнорировала. Она не знала, что Лена, завернувшись в одеяло с головой, плакала от страха, боялась встать, чтобы пойти на кухню за водой или в туалет, так и терпела до возвращения мамы. Сейчас Лене тридцать лет, но она никогда не остается ночевать одна. Если муж уезжает в командировку, Лена идет к подруге. Травматичный детский опыт отсылает нас к неприятным воспоминаниям, активизирует негативные эмоции, и справиться с этим очень трудно.

Желательно, чтобы опыт самостоятельности ребенок получал на волне «Ух, как интересно попробовать!» Одной только уверенности родителя: «У тебя получится!» — бывает недостаточно.

ТАМ ПОД КРОВАТЬЮ ЧУДОВИЩЕ... ОНО ХОЧЕТ МЕНЯ СЪЕСТЬ
ЧТО ЗА ГЛУПОСТИ? ТЫ УЖЕ ДОСТАТОЧНО ВЗРОСЛЫЙ, ЧТОБЫ НЕ ВЕРИТЬ ВО ВСЯКИЕ ГЛУПОСТИ И НЕ БОЯТЬСЯ ТЕМНОТЫ... ГАШУ СВЕТ!

Идеальные условия для развития самостоятельности: безопасное пространство + личная мотивация ребенка (интерес, потребность) + уверенность взрослого.

Самостоятельность и родительская тревога

Самый важный, на мой взгляд, фактор развития детской самостоятельности — это способность взрослых побороть свою тревогу, справиться с ней. Честное слово, мне проще забыть, что я «ленивая мама», и пойти самой встретить ребенка из школы,

только бы избежать тревоги, парализующей все остальные мысли, кроме одной: «Где сейчас мой ребенок?!»

Мой старший сын давно уже отвоевал право возвращаться из школы самостоятельно. У него свой ключ, он умеет сам открывать двери. Ему хочется продемонстрировать свою взрослость перед остальными первоклашками, которых встречают бабушки, мамы и няни. Он выходит из школы и… видит меня («Ой, так получилось, была тут по делам, а у вас как раз занятия закончились»). Обещаю ему, что завтра он точно пойдет домой один. Успокаиваю себя, что мой ребенок отлично, вплоть до раздраженной мольбы с его стороны: «Да знаю я уже это все!» — проинструктирован по технике безопасности. Но вместе с мыслью «он уже должен быть дома» снова подкатывает тревога. Сначала пытаюсь отогнать ее: задержали на уроке, долго одевается, а потом начинаю звонить. Казалось бы, какое счастье для современных родителей, что есть возможность позвонить ребенку на мобильный телефон и снять тревогу. Но часто оказывается, что тревога, наоборот, нарастает, потому что ребенок не отвечает на звонки. Наспех одевшись, вылетаешь из квартиры — и наталкиваешься на приготовленный еще за несколько метров до двери ключ в руке довольного ребенка (сам дошел). Но вот облом: мама помешала открыть дверь…

Желательно, чтобы опыт самостоятельности ребенок получал на волне «Ух, как интересно попробовать!»

Мокрый, грязный, но счастливый сын рассказывает о слепленном на школьном дворе снеговике. Первый снег — это такое событие, ради которого забываются строгие родительские наставления: «После уроков сразу домой!» Выдыхаю. Интересуюсь: «Почему не отвечал на мои звонки?» Ответ предсказуем: «Я не слышал». Могу понять, на школьном дворе гам ребячьих голосов перекрывает любую мелодию звонка.

Конечно, можно не изводить себя тревогой. Можно ходить и встречать вопреки импульсу ребенка на проявление самостоятельности. Но все равно с мучительной тревогой придется столкнуться, и не раз. Когда ребенок будет один гулять во дворе. Когда поедет в летний лагерь. Когда будет возвращаться с другими болельщиками с баскетбольного матча. Когда поедет вечером провожать девочку на другой конец города. Когда поедет в другой город поступать в институт… Поводов предостаточно, и по-другому не бывает: тревоги не избежать. Впрочем, есть выход: полностью привязать к себе ребенка. Будет ли это благом для него? Нет. И такой выбор продиктован не заботой о ребенке, а родительским эгоизмом: «Я хочу, чтобы мне было комфортно.

Я не хочу испытывать тревогу. Мне тяжело выдерживать тревогу. Будь всегда рядом, чтобы я тебя видела. Не живи своей жизнью».

Тревожиться за своего ребенка — это нормально. Но иногда тревога переходит границы нормы и становится той тревогой с приставкой «гипер», которая мешает развитию ребенка.

— Я сам помою яблоко!

— Нет, я помою. Ты помоешь плохо, на яблоке могут остаться микробы! (Фантазия уже рисует дизентерию и инфекционное отделение детской больницы.)

Мамы, пусть ребенок вымоет яблоко сам. Ваше дело — проследить за качеством. Для успокоения проговорите про себя мантру: «Это будет тренировка иммунитета». Народный фольклор по этому поводу говорит: «В каждой грязинке свои витаминки».

— Я сам порежу сыр!

— Нет, положи нож! Порежешься!

Порежется, если не научить обращаться с ножом. Поэтому надо разрешить, но контролировать процесс. Напоминайте: «Следи, чтобы пальцы под нож не попадали».

— Как моя Алиночка первый день в садике?

Алиночке пять лет, и она действительно первый день в садике.

— Все хорошо. Она поела, поиграла и даже покакала.

— Покакала? Как?!

— Да как все. На унитазе.

— Она садилась попой на унитаз?!

— Не переживайте, он чистый, его регулярно хлоркой обрабатывают.

— А попу ей кто вытер?

— Сама.

— Сама?!

— Да, у нас все дети сами с этим справляются.

— Чем вытерла?

— Туалетной бумагой? Чем же еще?

— Но я дома вытираю ей попу только влажными салфетками!

— А что случится, если она использует обычную туалетную бумагу?

— Она может вытереть некачественно, попа начнет чесаться. Натрет бумагой, будет раздражение. А если не в том направлении вытрет, может занести инфекцию в половые органы. А если после этого руки плохо помоет?!

> Когда только мама знает, как лучше, как правильнее и безопаснее, и это «как» постоянно озвучивается, от мамы действительно страшно отойти.

Как же страшно жить… Конечно, мамина мотивация понятна, она направлена на благо дочери. К счастью, это благо не обернулось для девочки проблемой. Какой? — спросите вы. У девочки могла бы развиться привычка (комплекс) какать только в присутствии мамы, потому что только мама знает, как все сделать правильно и безопасно. У некоторых детей случаются на этой почве психосоматические запоры. И если бы только запоры… Сначала дети не могут уезжать от мамы, а потом, с возрастом, вообще не могут уезжать из дома. То, что ребенок будет расти без летних лагерей, — проблема не самая большая. Но от психосоматики никуда не деться, и «домашние» дети, повзрослев, начинают отказываться от путешествий и командировок, а кое-кто из них не может обойтись без слабительных либо вынуждены обращаться за помощью к психотерапевту (что бывает крайне редко, ибо проблема очень деликатная).

Когда только мама знает, как лучше, как правильнее и безопаснее, и это «как» постоянно озвучивается, от мамы действительно страшно отойти. Причем очень часто мамы возмущаются, разговаривая с другими людьми. А ребенок стоит рядом и слышит: «Как можно позволять детям так высоко залезать? Зачем вообще установили такое на детской площадке? Разве воспитатель сможет за всеми уследить?», «Представляешь,

они дали детям на обед рыбу с костями! Разве ребенок справится? Он либо голодным останется, либо кость в горле застрянет», «Нет, ты подумай! Бабушка дала ему яблоко с кожурой. Столько раз говорила, кожуру надо срезать. В кожуре все нитраты собираются!»

«Да, — думает ребенок. — Мир опасен. И только мама знает, как правильно. Никуда и никогда не буду от нее отходить!»

«Ну, что же ты, сынок? Иди, поиграй с ребятами. Знаете, он такой застенчивый…»

А дальше что?

Про контроль

Родительский контроль бывает разный. Бывает защищающий. Бывает направляющий. Бывает удушающий. Бывает блокирующий. Бывает раздражающий. Бывает отдаляющий. И один легко перерастает в другой, если родители забывают вовремя отступить, ослабить контроль.

КОНЕЧНО ...«ПОСЛЕДНИЙ», КРАСНЕЙ ПОТОМ ЗА НЕГО НА СОБРАНИИ...
Я ПОСЛЕДНИЙ РАЗ ПРОВЕРЯЮ, ПРАВИЛЬНО ЛИ ТЫ СОБРАЛ ПОРТФЕЛЬ... ПОНЯТНО?
АГА

Когда мама контролирует все, что ребенок съел за день, когда ему всего два года, — это нормально, это естественно, это разумно, особенно если у ребенка аллергия. Но вот ребенку уже семь лет, и он приглашен на день рождения одноклассника. Много детей, весело и шумно, дети периодически подбегают к столу, что-то хватают и убегают играть дальше. Родители оживленно беседуют. И только одна мама неустанно бдит за сыном: как бы не схватил со стола чего-нибудь вредного, аллергенного. «Витя, Витюша, что ты только что взял?! Положи конфету на место! Иначе мы немедленно уходим!» Каждый шаг Витюши контролируется мамой. Мама фактически провоцирует сына на игру: «Попробуй утащи со стола конфету так, чтобы я не заметила». Возможно, в этот раз не получится и победа будет за мамой. Но, уверяю, игра продолжится на следующем празднике. Мамин контроль станет раздражающим, и он отдалит маму от сына. К тому же такой контроль блокирует развитие

самоконтроля и ответственности. Вите семь. Он уже способен обнаружить причинно-следственную связь между тем, что он ест, и высыпаниями на коже. «Ты взял конфету? Ты можешь ее съесть. Но ты знаешь, что после этого у тебя будут сильно чесаться руки». Да, Витя знает. И Витя может сделать выбор. Сам. Сознательно и ответственно. Важно только не бояться делегировать ребенку эту ответственность.

Я работала воспитателем в аллергогруппе детского сада. У каждого ребенка из группы была аллергия на что-то, но у всех разная. И каждый ребенок знал, что ему можно, а что нельзя.

В детском саду есть традиция приносить конфеты по случаю дня рождения и угощать всю группу. В аллергогруппе приносили не запрещенные большинству конфеты, а печенье или бисквиты. Четырехлетние дети (те, для кого это было актуально) интересовались: «А там нет орехов?» Или могли отказаться: «Мне нельзя, там глютен!» Родители объяснили им, что и почему нельзя, то есть объяснили причинно-следственную связь, делегировали ответственность, превратили контроль в самоконтроль.

> Учить ребенка не опаздывать важно именно в начальной школе. Когда еще есть уважение к учебе и есть желание быть прилежным учеником.

Когда мама контролирует процесс сбора школьного ранца в первой четверти первого класса — это нормально, это контроль адекватный, естественный. Важно через контроль учить ребенка способам самоконтроля: «А теперь проверь еще раз, все ли ты положил. Давай сверим по расписанию в дневнике. Так, математика. Учебник и рабочая тетрадь на месте?» Но если ребенок уже в третьем классе, а мама вечером лезет к нему в рюкзачок с вопросом: «А краски ты положил?» — это уже контроль удушающий. Принести краски на урок рисования — это уже зона ответственности ребенка. Даже если не положил, что страшного произойдет? Придет на урок без красок, прочувствует последствия своей забывчивости. Будет самостоятельно решать возникшую сложность, например попросит соседа по парте о том, чтобы пользоваться его красками. Даже если не получится договориться, даже если — худший из сценариев — получит «двойку», это тоже опыт, из которого можно сделать вывод. Правильный вывод: «Надо внимательней собирать ранец». Или неправильный вывод: «Мама! Ты почему мне краски не положила! Из-за тебя я „двойку“ получил!» Неправильный вывод провоцирует мама, проверяющая рюкзак ребенка. Не перевела контроль в самоконтроль.

Другая крайность — сразу, с первых дней в школе делегировать ребенку ответственность за учебу — тоже не способствует развитию самостоятельности. Что будет, если ребенку сказать: «Как хочешь, так и собирай свой ранец!» — не научив его способам самоконтроля, не рассказав, что надо сверять содержимое ранца с расписанием? Скорей всего, ребенок сразу попадет в ситуацию неуспеха, что вызовет у него негативное отношение к учебе. Есть понятие «зона ближайшего развития». Перескакивать через эту зону, отсылая ребенка к деятельности, с которой он еще не умеет справляться (не знает как), нельзя. Сначала показываем, потом делаем вместе, потом контролируем, потом доверяем — важно соблюсти эту последовательность этапов, не перескакивать через них.

Как понять, когда контроль становится удушающим? Очень просто. Задайте себе вопрос: когда я контролирую, я действую из любви к ребенку или из любви к себе? Если из любви к себе и желания проявить власть, то необходимость контроля будет формулироваться так: «Надо делать, как мама сказала. А так, как не говорила, делать не надо. Мама лучше знает. Маму нужно слушаться. Даже если мама ошибается — все время от времени ошибаются, все равно будет так, как мама сказала». «Маму» в формулировке можно заменить на «папу», суть от этого не изменится. Инициатива ребенка при таком подходе полностью подавляется родительским авторитетом. В очередной раз сделать то, что велели родители, и именно так, как они велели, — это исполнительность, а не самостоятельность.

Еще один вопрос. Когда вы контролируете, вы делаете это из желания помочь ребенку или из желания избежать негативной оценки своей персоны? Так бывает, что родительским контролем движет мысль «Что обо мне подумают?». Если ребенок забудет дома учебник, что обо мне подумает учитель? Если ребенок опоздает в школу, что обо мне подумает англичанка? Если ребенок не окончит институт, что обо мне подумают подруги?

— Быстрее! Сколько можно копаться! Ты же опоздаешь! Хватит есть! Положи бутерброд! Некогда доедать! Уже пора зубы чистить! Быстрее дожевывай! Запей, а то подавишься! Ты уснул в ванной, что ли? Выходи уже, одевайся! Сначала обувь, потом куртку! Перчатки взял? Ключи взял? Проездной?

Когда-то я жила на съемной квартире с очень плохой шумоизоляцией. Каждое утро я была невольным свидетелем утренних сборов в школу сына своих соседей. То есть это я так думала, что это сборы в школу. Пока не проехалась однажды вместе с соседями в лифте до девятого этажа. Мама-соседка причитала на тему «скоро уже сессия», а сынок бурчал, что успеет

все выучить. Нерасторопный «школьник» оказался студентом. Могу предположить, что мама подгоняла его, когда он учился в начальной школе, потом в средней и так далее. Интересно, когда он пойдет работать, она будет его будить?

Уже в начальной школе ребенку нужно объяснить, как заводить будильник. Экспериментальным путем можно определить, сколько времени занимает путь до школы и сколько времени требуется для утренних сборов. «Смотри, сегодня мы шли до школы 20 минут. Если ты хочешь идти медленно, не торопясь, нужно выходить раньше. Но и встать надо раньше. На сколько ты заведешь будильник?»

Учить ребенка не опаздывать, самому следить за временем важно именно в начальной школе. Когда еще есть уважение к учебе и есть желание быть прилежным учеником. Когда есть личная мотивация прийти в школу вовремя. Потому что на фоне личной мотивации проще всего формировать ответственность и самостоятельность.

Есть у меня подозрение, что если соседа-студента приходилось контролировать, чтобы он не опоздал на лекции, и принудительно усаживать за учебники во время сессии, то мотивации на учебу в данном вузе у него не было. Ему это не надо — учиться там. Это не его самостоятельный выбор. Это выбор родителей и, как следствие, вынужденный контроль, без которого все пойдет по совсем другому сценарию.

Родительский сценарий. Ребенок как бизнес-проект

Прогуливаемся по парку с хорошей знакомой. Обе с детьми. Только мои дети бегут где-то впереди, собирая по пути турники и качели, а ее ребенок уютно свернулся в мамином животике. Она светится от ожидания. И с упоением рассказывает о подготовке к предстоящему событию. Уже изучена куча сайтов, прочитаны сотни отзывов, выбраны самая лучшая коляска, автокресло, стульчик для кормления. Уже по рекомендациям найден лучшим врач в роддоме, лучший педиатр, который ходит к пациентам прямо на дом, лучший массажист, лучшая школа раннего развития, лучший педагог по английскому и тренер по теннису… Я смотрю на круглый животик, и зреет у меня вопрос к пузожителю, захочет ли он заниматься теннисом?

— Еще обязательно нужно будет отдать его на танцы! Это же осанка, выправка, способность к самопрезентации! — вдохновенно-радостно закончила свой рапорт моя знакомая.

Танцы? Я подавляю усмешку. У меня есть своя история про танцы для сына…

В прежнюю нашу встречу, год назад, эта же знакомая рассказывала мне об учебе на курсах MBA, о стратегическом менеджменте и о развитии бизнеса. С теми же интонациями, что сейчас, — о лучшем педагоге по английскому и тренеру по теннису, и у меня невольно зародилась ассоциация: ребенок — это еще один мамин бизнес-проект.

Но к ребенку нельзя применять тот же подход, что при бизнес-планировании. Ребенок приходит в этот мир вовсе не для того, чтобы оправдывать наши надежды и жить по нашему плану. У него свои задачи на эту жизнь. В этом смысле ребенок не наше продолжение, а самостоятельная личность. Родительские амбиции относительно того, каким ребенок должен быть, мешают рассмотреть, какой ребенок есть на самом деле.

А моя знакомая тем временем рассказывает, что через шесть лет хорошо бы переехать жить в район одной престижной гимназии, где учатся дети ее приятельницы. Очень хорошая гимназия.

— Ты как школу для старшего выбирала?

Ее вопрос, неожиданно прервавший монолог, выбил меня из состояния медитативного слушания. Я вдруг на мгновение почувствовала вину за то, что так беспечно подхожу к планированию будущего своих детей.

— По принципу близости к дому. Меня очень устраивает, что школа находится прямо во дворе. Сын с первого класса самостоятельно ходит на занятия.

— И все?

— И все.

— Но учителя-то ты выбирала?

— Нет. По жизни ребенку будут встречаться разные люди.

Разные учителя в школе, разные преподаватели в колледже или институте, разные работодатели. И требования у них будут разными, и характеры. Я же не смогу всю жизнь выбирать ему окружение. Моя задача — научить сына устанавливать контакт и налаживать отношения с любыми людьми. К тому же лучший педагог, как и лучшая школа, — вовсе не гарантия успехов в учебе. У любого учителя в классе есть успевающие и отстающие.

— Но что же тогда делать, чтобы ребенок был отличником?

— А зачем обязательно быть отличником? Лично я ориентирована на эмоциональное благополучие. В этой школе, с этим педагогом, в этом детском коллективе моему ребенку хорошо, комфортно. Если вдруг станет плохо — буду думать, что менять. Относительно успеваемости… Есть у меня мнение, что в большей степени это зависит от усилий родителей, а не от учителя.

> Ребенок приходит в этот мир вовсе не для того, чтобы оправдывать наши надежды и жить по нашему плану. У него свои задачи на эту жизнь.

Моя знакомая помолчала. Потом задала вопрос, касающийся раннего этапа моего родительства.

— А школу развития ты как выбирала?

— Никак. Мы и не ходили. Я — ленивая мама. Мне было лень с утра будить ребенка, везти на занятия. Куда приятнее

проснуться, когда захочется, спокойно позавтракать, без спешки собраться на прогулку в ближайший парк. Проводить эксперименты с песком, считать шишки, выкладывать палочки по возрастанию, кормить белок.

— А спорт?

— Ходит на айкидо.

— А почему именно айкидо?

— Потому что ребенку там понравилось. Сам выбрал. Начинали с фигурного катания, но через месяц тренировок Арсений наотрез отказался выходить на лед.

— И ты не стала настаивать?

— Нет. Зачем уговаривать ребенка заниматься тем, что ему не нравится, если можно найти то, что ему по душе, куда он будет ходить с желанием. В музыкальной школе мы прозанимались полгода — ушли. Еще был кастинг в балетную школу. Моего семилетку гнули, тянули, выворачивали ему стопы, а потом сказали, что у него есть данные для балета и мы можем приходить на занятия. Я обрадовалась, как будто меня приняли. Мечта детства. Кстати, фигурное катание это тоже мечта детства. В городке, где я жила, не было ни балета, ни фигурного катания. Но Арсений быстро опустил меня на землю: «Мама, ты хотела, чтобы я сходил на кастинг? Я сходил. Но балетом я заниматься не буду». А я-то уже видела себя в зрительном зале, со слезами умиления на глазах любующуюся сыном. Это был мой сценарий. Который не совпал со сценарием сына.

— Ну, не знааю, — скептично протянула знакомая. — Меня вот родители заставляли ходить в музыкальную школу. Я ее через «не хочу» окончила, но сейчас очень им благодарна, что они научили меня не отступать, преодолевать трудности.

— Благодарность родителям — это хорошо. Но учиться преодолевать трудности, брать новые высоты можно и занимаясь тем, что тебе нравится, что ты сам выбрал. Тогда и настроение другое, и сил больше, и совсем другая мотивация. Время —

слишком ценный ресурс, чтобы тратить его на то, что хотят от тебя другие. Ты сейчас играешь на инструменте?

— Нет.

— Поешь? Дома или в караоке-клубе?

— Нет, не пою.

— А чем бы ты стала заниматься в детстве, если бы ушла из музыкалки?

Знакомая задумалась. Взгляд стал отрешенным, обращенным в прошлое.

— Я бы пошла в художественную школу. Там тогда был недобор, моя подружка пошла и позвала меня с собой. Но в двух школах, музыкальной и художественной, одновременно было нереально учиться. Расписания занятий совпадали. Родители настояли на музыкальной, потому что я туда уже несколько лет отходила: «Нельзя бросать начатое!»

— А с чем сейчас связана твоя деятельность?

— Ты же знаешь! Рекламная полиграфия, сувенирка.

— Знаю. Я просто хотела, чтобы ты это сама сказала и сопоставила. Что ближе к твоему нынешнему бизнесу: музыкальная или художественная школа?

Знакомая помолчала. А потом, прищурившись, задала провокационный вопрос, надеясь, вероятно, разрушить мою теорию свободного выбора:

— А ты чем в детстве занималась?

Вот скажу «психологией», и она меня поднимет на смех. Нет, конечно!

В моем детстве был школьный кукольный театр. Мы ходили с представлениями по детским садам, показывали малышам сказку о правилах дорожного движения. Тогда я мечтала, что когда-нибудь приду в садик уже не в роли мамы непослушного лисенка Огнехвостика, а в роли воспитателя.

Что еще? Танцевальный кружок при ДК. Выступали на детских праздниках. Все зимние каникулы работали на елках, водили с малышами хороводы. И вот эти хороводы с малышами мне нравились даже больше, чем кружение на сцене.

Художественная школа. Особенно нравилось не классическая живопись, а декоративно-прикладное искусство. Нравилось осваивать разные техники, использовать разные материалы. Это мне потом очень пригодилось при работе с детьми в оздоровительном лагере, детском саду и даже в колледже, потому что среди студенческих групп периодически устраивались конкурсы стенгазет, агитационных плакатов, разных поделок.

Но художественной школе я благодарна не только за это. В процессе обучения у меня сформировалось чувство композиции,

рисунка. Впоследствии к этому добавились знания из области психологии, и теперь с детских рисунков я могу «считать» эмоции ребенка. И могу провести коррекцию его эмоционального состояния, рисуя вместе с ним. Я также умею «читать» коллажи взрослых, обнажающие проблемы, о которых взрослые вслух не говорят, потому что не хотят или (чаще) сами не замечают, что в какой-то области жизни наметился явный перекос. Не знаю, была бы я сейчас так влюблена в арт-терапию, если бы не художественная школа.

Когда-то я бросила лыжную секцию. Потому что медленней всех бегала. И баскетбол. Потому что постоянно боялась, что мяч попадет мне в голову. Надо ли было мне тогда преодолевать страх или продолжать бегать на лыжах, вместо того чтобы ходить в художественную школу? Было бы сейчас моим клиентам, приходящим за помощью психолога и арт-терапевта, лучше от того, что я когда-то научилась неплохо играть в баскетбол?

Ну и в качестве последнего аргумента я рассказала знакомой

про мою воспитанницу Дашу. Дашина мама еще до рождения дочки решила, что та обязательно станет гимнасткой, и непременно чемпионкой. И тоже нашла лучшего тренера. Но тренер посмотрел на Дашу и сказал, что девочка для гимнастики полновата. Взглянув на расстроенную маму, он добавил, что девочка может еще похудеть, и пригласил прийти через полгода. Мама решила «похудеть» дочку. И мне, как воспитателю группы, в которой «надежда российской гимнастики» проводила по десять часов пять дней в неделю, было поручено следить за ее рационом. «Никаких добавок! Никакого хлеба! Не давайте ей булки и печенье на полдник!» А Даша слезно просила хлеба… И она не любила шумных подвижных игр. Медлительная, мечтательная, она любила рисовать красками восхитительные для ее возраста картины. Через полгода Даша не похудела, несмотря на строгий рацион. А я все это время целенаправленно акцентировала внимания мамы на рисунках дочери: «Посмотрите! В этом возрасте далеко не все дети рисуют сюжетные картины. Обычно лист хаотично заполняется каляками-маляками, и дети даже не разбирают, где верх, где низ. Посмотрите! Она экспериментирует с красками! Она сама дошла до того, что их можно смешивать. Даша может рисовать с утра до вечера. У нее ярко выраженные способности к рисованию. Ее надо развивать в этом направлении». Хорошо, что мама прислушалась. У Даши появился шанс стать талантливым художником, а не посредственной гимнасткой.

— Ой, не факт, — скептично заметила моя знакомая. — Совсем не факт, что девочка станет талантливым художником. Может, она вообще через год рисовать бросит.

— Может быть. Но этот год она будет заниматься тем, что ей нравится, к чему лежит душа, к чему есть способности. Будет расцветать от успехов, а не думать, что она хуже всех, занимаясь гимнастикой. Ребенок быстрее и гармоничней развивается через то, что ему нравится. А приобретенные навыки все равно останутся с ней и, возможно, пригодятся в другой деятельности.

— Нельзя же всю жизнь заниматься тем, что нравится!

— А разве ты бы этого не хотела? Разве во взрослой жизни мы не к этому стремимся, подыскивая себе работу по душе?

> Меня вот родители заставляли ходить в музыкальную школу. Я ее через «не хочу» окончила.

Понятно, что в жизни ребенка есть обязательная школа с обязательной программой. Но дополнительное образование пусть будет по устремлению души.

Знакомая погрузилась в молчание. Молчание — хороший

знак. Это значит, происходит внутренняя работа. Конечно, она еще не готова согласиться со мной и отказаться от своего нового бизнес-проекта под названием «Мой чудо-ребенок». Но, с другой стороны, я не услышала категоричного протеста. А значит, у пузожителя появился шанс на свободу выбора. Малыш, я ничего не имею против тенниса. Но только если ты сам захочешь.

Воспитание в ребенке самостоятельности невозможно без признания его личностью, без признания его права на самоопределение: чем он будет заниматься, что ему будет нравиться, во что он будет верить.

Самостоятельность и родительский перфекционизм

Дети становятся самостоятельными не раньше, чем мама задушит в себе перфекциониста.

— Привет! Проходи, сейчас будем пить чай. С минуты на минуту чай из магазина придет, — шучу я.

— Ты пользуешься услугой доставки продуктов?

— Да, с тех пор как сын подрос и пошел в школу, пользуюсь. Ребенка в магазин отправила.

— Серьезно? А я вот не готова к тому, чтобы посылать своего одного за покупками.

— Почему?

— Да я и мужа не отправлю одного. Он же купит не то, что нужно. Я всегда сама за продуктами езжу. Муж рядом ходит, только чтобы пакеты носить.

— А почему?

— Я же лучше знаю, что нужно.

— Так объясни, что тебе нужно.

— Ой, объяснять долго. Понимаешь, я пробовала поначалу, но проще самой. Я могу сказать, чтобы купил колбасу вот с таким названием, вот такой фирмы. А ее не окажется. И тогда нужно выбрать другую. Он будет звонить и спрашивать, какую брать. И начнет долго перечислять ассортимент. «А что в составе? — спрошу я. — А срок годности? А цена?» Меня это утомляет.

— Могу представить… Полагаю, это утомляет не только тебя. Муж, наверное, тоже предпочитает, чтобы ты сама ходила.

— Да! Он же вообще к этому не приспособлен! Сколько раз за маслом посылала, столько раз не то приносил! То процент жирности не тот, то срок годности уже вот-вот закончится, то вообще не масло, а спред растительный, то хорошее, но по такой цене! Ну, неужели ты, говорю, цены не запоминаешь, чтобы сравнить и понять, что это очень дорого?

— А к чаю у тебя тоже определенные требования?

— Конечно. Если я и отправляю мужа в магазин за чаем, то только с фотографией упаковки на телефоне!

— А если именно этого чая не окажется, муж будет тебе звонить, как с колбасой?

— Ну да.

— Слушай, я отправила сына в магазин, попросив купить любой черный чай. И я сильно сомневаюсь, что это будет именно тот чай, что на фотографии в телефоне твоего мужа. Как быть? Ты не станешь его пить?

— Глупости. Конечно, стану. Я же в гостях, я готова к тому, что у тебя не будет моего любимого чая.

— Вот и я готова к любому чаю. Поэтому смело отправляю сына за покупкой. Если он купит чай не в пакетиках, а листовой, ничего страшного — узнает, в чем разница и как заваривать листовой. Если купит не черный, а зеленый или каркаде, узнает, что бывает и такой чай, узнает, что чай может отличаться по вкусу. Тоже хорошо — определится, какой ему больше нравится. Любая покупка — это жизненный опыт. Когда я прошу купить рафинированное растительное масло, я готова к тому, что в итоге он принесет нерафинированное масло. Будет повод обсудить с сыном разницу. Если я прошу купить стиральный порошок-автомат, а он принесет из магазина порошок для ручной стирки, я смогу это пережить, это не критично, просто объясню разницу. В следующий раз, покупая порошок, ребенок будет внимательнее. Если купит что-то совсем ненадлежащего качества, с истекшим сроком годности — спокойно обсудим, сделаем из этого выводы.

— Но на это же лишние деньги тратятся. Я не могу так спокойно реагировать.

— А я фокусируюсь на том, что приобретается. Приобретается опыт. Он тоже имеет цену.

Я готова к несовершенствам и ошибкам своего сына (и своим собственным). На ошибках учатся. Но только если при этом отсутствует критика. Критика, особенно если она грубая, насмешливая, унизительная, способна блокировать любую активность. И да, чтобы спокойно относиться к «неидеальным» покупкам, важно сначала задушить в себе перфекциониста.

> Дети становятся самостоятельными не раньше, чем мама задушит в себе перфекциониста.

Перфекционизм конфликтует с самостоятельностью не только в покупках. У перфекциониста все должно быть идеально. Или хотя бы близко к этому. Доверить помыть пол ребенку? Нет. Пол же грязным останется. Пропылесосить? Нет, ребенок только середину комнаты пропылесосит, а под кровать не заглянет.

Уж лучше я сама. Уроки сам сделает?

А если ошибка?! Потом придется переписывать. Я буду рядом, я буду смотреть, как он буквы выводит. Посуду из посудомойки выгрузить? Нет, он неправильно тарелки расставляет. Не параллельно друг другу и по размеру не сортирует. Игрушки? Я сама приберу. Только я знаю, как их правильно рассортировать. Он опять динозавров с солдатиками в кучу смешает. В прошлый раз с папой прибирали и все перепутали. Я потом за ними повторно все сортировала. Вот как можно детали от трех разных конструкторов свалить в одну коробку?! И машины все в одну кучу. Уж сколько раз объясняла, что гоночные от грузовых нужно отдельно складывать. Никто не может навести порядок такой, какой мне нужен. Поэтому я сама.

СЕВА! ЛЁВОЧКА! НУ СКОЛЬКО РАЗ Я ТЕБЕ ГОВОРИЛА, ЧТО МАСЛО ДОЛЖНО БЫТЬ ОБЯЗАТЕЛЬНО 82%...
ЛЕВОЧКА! НУ НЕУЖЕЛИ ТЫ НЕ ВИДИШЬ, ЧТО НЕЛЬЗЯ СКЛАДЫВАТЬ КУБИКИ И ИГРУШКИ В ОДНУ КОРОБКУ?
МЫ ТАК ДО ПЕНСИИ ОДЕВАТЬСЯ БУДЕМ... ДАВАЙ Я САМА!
Я ЖЕ ПРОСИЛА СТОЛ ПРОТЕРЕТЬ... ВОТ САМ НЕ СДЕЛАЕШЬ- НИКТО НЕ СДЕЛАЕТ!

А если мама всегда сама, то у ребенка нет пространства для проявления самостоятельности.

Что мешает стать «ленивой мамой»

Повышенная тревога, перфекционизм, желание контролировать и модерировать судьбу ребенка мешают становлению самостоятельности. А что еще? Банальный дефицит времени.

«Мне некогда ждать, пока он сам намылится. Он же начнет с мылом играть, пузыри мыльные между пальцев выдувать. Мне некогда ждать, когда он наиграется. Уже спать надо. Я быстро сама его помою»…

«Он приготовит! А мне потом всю кухню отмывать. Я больше устану от уборки, чем от готовки. Не надо мне на кухне помогать. Я сама быстрее сделаю»…

«Ой, сейчас опять придется напоминать, уговаривать, мотивировать, чтоб он пошел за котом убрал. Нет у меня столько свободного времени. Я быстрей сама все уберу»…

«Она такая копуша. Если ждать, пока сама оденется, вечность пройдет. Это ж на полчаса раньше вставать нужно. Лучше я по-быстренькому сама ее одену»…

> Чтобы спокойно относиться к «неидеальным» покупкам, важно сначала задушить в себе перфекциониста.

Помимо дефицита времени мешает установка, прочно засевшая в голове некоторых родителей: «Наша задача — избавить ребенка от трудностей и уберечь от ошибок».

Идея, конечно, хороша, но ее реализация безнадежно оторвана от реальности. А реальность такова, что рано или поздно с трудностями в своей жизни сталкивается каждый человек. И ошибки совершает каждый.

Предположим, у суперродителей все будет отлично получаться. Все трудности, встречающиеся на пути ребенка, они будут разрешать сами. Но чтобы оперативно помочь ребенку, нужно, чтобы этот ребенок был рядом. Всегда. Таким образом, за возможность жить без трудностей ребенку придется поплатиться личной свободой и самостоятельностью. Но и это не спасет. Однажды родителей не станет. И ребенок останется один. Вроде и взрослый по возрасту, но такой… беспомощный.

Нет, задача родителей — помогать ребенку справляться с трудностями. Учить напрягаться и эти трудности преодолевать. Такой опыт важен. Это как закаливание. Это как тренировка иммунитета. Это как регулярная физкультура. Если такой опыт есть, в трудной ситуации ребенок, не важно, сколько ему лет, возьмет себя в руки и скажет: «Ничего, и с этим я тоже справлюсь».

Аналогично с ошибками. Если последствия ошибки не несут угрозу жизни и здоровью, то можно, заранее зная, что ребенок ошибается, согласиться с ним: «Хорошо, попробуй». Если лишить ребенка опыта собственных ошибок, то он одновременно лишится возможности анализировать, делать выводы, предвидеть, исправлять ошибки, наконец. «Умные учатся на чужих ошибках» — гипотетически верное высказывание. Но по факту знания «как правильно», «как будет лучше», «как надо» надежнее усваиваются через собственный опыт, опыт ошибок.

— Я хочу в перчатках.

— Нет, у тебя перчатки сразу промокнут, руки замерзнут. Надевай варежки, они непромокаемые.

— Не промокнут! Я хочу в перчатках!

— Мне лучше знать! Надевай, кому сказала!

> Она такая копуша. Если ждать, пока сама оденется, вечность пройдет. Лучше я по-быстренькому сама ее одену.

А если так: пусть ребенок идет в перчатках, а варежки возьмет с собой. Перчатки промокнут, руки замерзнут, и ребенок сам попросит дать ему варежки. Это будет уже его собственное решение, основанное на личном опыте.

— Когда рисуешь, лучше все остальное, пока ненужное, со

стола убирать.

— Мне и так нормально.

Упс, краска разливается и заливает альбом… Вот он, полученный негативный опыт. Сразу стало понятно, почему лучше убирать со стола все ненужное. Сейчас самое главное — удержать себя от занудства: «Ну вот, я же тебе говорила! Слушать надо, когда тебе говорят!»

Прежде чем настаивать на своем мнении, подумайте, какие могут быть последствия? Еще раз: последствия несут угрозу жизни или здоровью? Если нет, задаем себе следующий вопрос: последствия легко пережить или аннулировать? Если да, то позволим ребенку получить свои шишки и сделать выводы.

РАЗБИЛАСЬ... НИЧЕГО!
СЕЙЧАС НАДО ПРИНЕСТИ СОВОК И ШВАБРУ И ВСЁ ПОДМЕСТИ. ПОТОМ ПРОТЕРЕТЬ ТРЯПОЧКОЙ. ВСЕ ЭТО ВРЕМЯ НАДО БЫТЬ В ТАПКАХ, ЧТОБЫ ОСКОЛКИ НЕ ВПИЛИСЬ В НОГИ.
ДАВАЙ ВМЕСТЕ!
Я ТАК И ЗНАЛА, ЧТО ТЕБЕ НЕЛЬЗЯ НИЧЕГО ДОВЕРЯТЬ! РУКИ-КРЮКИ... ТЕПЕРЬ ВСЕ ОСКОЛКИ МЫТЬ ПРИДЕТСЯ...
ЖИВО НА ДИВАН, А ТО ЕЩЕ ОСКОЛКИ В НОГИ ВОПЬЮТСЯ, В БОЛЬНИЦУ ЕХАТЬ

Ребенок пролил воду. Ребенок разбил чашку… Это плохо или хорошо? Это просто факт. Факт нейтрален. А дальше все зависит от реакции мамы. Мама может испугаться. Ужас-ужас! Сейчас ребенок наступит на мокрый пол и промочит носки. Разбил чашку? Ой, он сейчас поранит ногу осколком.

А осколок может уйти глубоко под кожу. Ужас-ужас-ужас!

Фантазия мамы уже рисует жуткую картину: хирурги в масках проводят операцию по извлечению осколка из детской стопы… Испуганная, она эвакуирует ребенка в другую комнату и сажает на диван. Папу просит, чтобы тот не спускал с ребенка глаз до окончания уборки: «На кухню ни ногой!» На всякий случай мама надевает ребенку тапочки (хотя он сидит на диване). И бедный ребенок делает вывод, что мир опасен, сам он беззащитен, и единственное безопасное место в мире — диван…

> Чтобы активизировать ребенка, нужно либо донести до него «надо», либо увлечь его «хочется».

Не лучший вариант, если мама победоносно провозгласит: «Я же тебе говорила, что разольешь!» Попутно она может сказать про «руки не из того места», про «лезешь, куда не просят» и перечислит все грехи за последнее время. Скорее всего, будет сделан неутешительный прогноз: «Ты так скоро всю посуду перебьешь!» Еще она может шлепнуть в сердцах нарушителя порядка и выдворить из кухни. Это — ситуация неуспеха, и она сформирует у ребенка соответствующую самооценку…

Но мама может спокойно констатировать факт. Потому что с кем не бывает, ситуация-то рядовая. Ну да, слишком сильно наклонил кувшин. Ну да, слишком близко к краю стола поставил чашку. Все мы, пока учимся чему-то, допускаем ошибки. Если мама спокойно объяснит, как нужно наливать воду, если поможет собрать осколки, попутно разъясняя, почему надо соблюдать осторожность, если расскажет, что делать с лужей, а лучше всего, даст ребенку тряпку, чтобы он вместе с ней протер пол, то ребенок получит развивающий опыт. Опыт анализа ошибок и их исправления.

Разбитая чашка, разлитая вода, да что угодно — это жизненный опыт ребенка. Будет ли этот опыт тормозящим активность, травматичным для самооценки или развивающим — зависит от реакции и действий взрослого. «Ленивая мама» предпочтет разделить тяготы уборки с ребенком, привлечет его к посильной помощи.

Ребенок не хочет сам одеваться

Умеет, но не хочет. Может сам надеть колготки, штанишки, носочки, но сидит и ждет, когда его оденут. Зачем напрягаться, если есть взрослые, которые гораздо быстрее справятся с этой задачей.

Для любой деятельности нужны мотивация или стимул. Мы

что-либо делаем благодаря двум импульсам: либо потому, что нам так хочется, либо потому, что нам так надо. А «надо» может возникнуть по двум причинам: чтобы получить что-то хорошее или чтобы избежать чего-то плохого. Получается, чтобы активизировать ребенка, нужно либо донести до него «надо», либо увлечь его «хочется». И чем меньше ребенок, тем больше опоры на «хочется».

✓ Можно вовлечь ребенка в соревнование «Кто быстрее оденется?».

✓ Можно создать игровую ситуацию: съемки супербоевика «Успеть за пять минут одеться и спасти мир».

✓ Можно искать компромисс: «Давай ты сам наденешь штаны, а с кофтой я помогу».

✓ Можно действовать через личную потребность ребенка: «Хочешь прийти в группу самым первым? Тогда нам нужно выйти через десять минут. Скорей одеваться!»

> «Сыну уже пять лет. Мне нужно, чтобы он быстро сам собрался, а он меня не слышит. То, что мы в садик опоздаем, его никак не огорчит. Он Все делает сам, но так медленно, что я теряю терпение».

Знаете, есть такой анекдот. Объявление: «Сделаем ремонт. Быстро, качественно, недорого. Выберите любые два пункта». Здесь похожая ситуация: «Сборы в садик. Быстро, качественно, самостоятельно. Какие два пункта выбрать?»

1. Быстро и самостоятельно. Хм, это отразится на качестве: то зубы забудет почистить, то кофту наизнанку наденет.

2. Быстро и качественно. Реализуется с маминой помощью.

3. Качественно и самостоятельно. Возможно. Но медленно.

На данном возрастном этапе (ребенок-дошкольник) «быстро, качественно, самостоятельно» — это завышенные ожидания. Можно, конечно, ориентироваться на эту планку, но тогда крепнущее раздражение у мамы неминуемо. Раздражение — плохой советчик в воспитательном процессе. Ребенок не робот. Вообще, если ребенок что-то делает медленно, это не значит, что он не слышит родителей из вредности. Возможно, что у него такая скорость жизни, такой темперамент.

И да, у него нет личной заинтересованности в результате. Это маме нужно вовремя прийти в садик, а ребенок с удовольствием остался бы дома.

Если не дать возможности пробовать и учиться

тогда, когда к этому есть интерес, вовсе не факт, что, когда ребенок «дорастет», этот интерес у него останется.

В ситуации, когда вы куда-либо очень торопитесь, можно помочь ребенку, а навык самостоятельного одевания тренировать, когда у ребенка есть личная заинтересованность в этом, когда в случае опоздания негативные последствия почувствует он, а не мама. Если у ребенка нет личной мотивации быстро одеться и идти туда, куда он не хочет, на заигрывания и компромиссы он не откликнется. Вам нужен срочно одетый ребенок? Тогда просто оденьте его, целее будут нервы и у вас, и у него.

За годы работы в детском саду я наблюдала многих детей в разных ситуациях. Я видела, как одни и те же дети стремительно одевались, когда у них была личная заинтересованность в этом. (Например, пойти в парк аттракционов, за новой игрушкой в магазин или в гости к другу.) И как же они мееедлееенно одевались, когда заинтересованности не было.

Самостоятельность легко развивается из личной заинтересованности или потребности. Через давление: «Я кому сказала!», через шантаж: «А то дома одного оставлю!», через критику: «Вечно ты самый последний» формируется негативное отношение к процессу. В дальнейшем при любой возможности ребенок будет избегать самостоятельных действий.

Развитие самостоятельности — это всегда задача поиска подходящей для ребенка мотивации. Здесь сложно подобрать универсальную рекомендацию. Ищите, что будет мотивировать именно вашего ребенка, ищите нужные слова, понаблюдайте, какие ситуации подталкивают его к деятельности. И оценивайте мотивацию не с позиции «зачем это надо маме», а с позиции «зачем это надо ребенку».

Например, мой старший сын Арсений не хотел чистить ботинки. Потому что «и так сойдет». Начищенные ботинки нужны были маме, а не ребенку. Я начистила до блеска правый ботинок. На контрасте левый стал сильно проигрывать, и стало понятно, что «так не сойдет». В итоге левый ботинок Арсений уже почистил сам — мотивация на это появилась.

А младшего, Сашку, и мотивировать не пришлось — он сам захотел чистить обувь. Ему было три года, когда он выпросил у меня персональную губку для чистки обуви, ревностно следил, чтобы никто ее не брал, и каждый вечер протирал ею свои ботиночки. Было важно не упустить этот момент личной заинтересованности. Когда-то давно, в этом же возрасте, и Арсений хотел чистить обувь сам, но я не позволила, потому что «грязь, микробы, запачкается, заболеет». (Увы, я не всегда была «ленивой мамой».) Если не дать возможности попробовать и научиться тогда, когда к этому есть интерес, вовсе не факт, что, когда ребенок «дорастет», этот интерес у него останется.

«Дочка пяти лет не желает сама раздеваться, когда приходит домой. И что мне делать? Не давить, не критиковать, не отчитывать?» — спрашивает знакомая мама. Надоест быть в одежде — разденется. Я помню, как в четыре года, возвращаясь из садика, подолгу валялась на полу в пальто. Видимо, ленивой я была уже тогда. Родители меня не уговаривали, не стыдили, не подгоняли, но и не помогали раздеваться. Когда мне надоедало лежать, становилось жарко, некомфортно, появлялась личная мотивация на раздевание — я вставала и снимала пальто.

Одно дело, когда ребенок просто валяется, а если он стонет на всю квартиру: «Раздееееень меня!» — какой фразой отвечать?

Прежде всего постарайтесь понять, почему он стонет. Может,

он заболел, и тогда ему надо помочь. Если ребенок не болен, не истощен физически или эмоционально, четко выразите свою позицию: отступать вы не намерены. Рано или поздно до ребенка дойдет, что ныть бесполезно.

Например, можно сказать:

«Я сама раздеваюсь. И ты сама разденься. Я знаю, ты справишься».

Или:

«Не могу тебе помочь. Я сейчас занята приготовлением ужина».

Или:

«Нет. Пожалуйста, сделай это сам. Ты умеешь».

Подберите те слова, которые вам ближе. Важно не ЧТО именно вы скажете, а КАК скажете. Нужна спокойная уверенность. Если ребенок услышит в мамином голосе сомнения, это сигнал, что есть шанс добиться своего и нужно еще немножко поныть…

Кстати, не вижу ничего критичного в том, чтобы иногда помогать ребенку раздеваться. Если ребенку действительно тяжело, не стоит игнорировать его просьбы о помощи.

Ребенок не хочет ходить на горшок

Как его приучить? Постепенно и терпеливо. Горшок должен стоять на видном для ребенка месте, и всегда на одном и том же. Однажды ребенок сам прибежит и сядет на него…

Ни в коем случае нельзя принуждать, заставлять ребенка садиться на горшок. Можете предложить, можете попросить и даже поуговаривать, но не требовать. Нельзя удерживать малыша на горшке силой. Иначе горшок будет вызывать у него стойкие негативные чувства. На начальном этапе не забывайте хвалить, независимо от того, осталось ли там что-то или ребенок просто сделал вам одолжение — зачем-то посидел голой попой на странном предмете.

Ни в коем случае нельзя ругать или стыдить ребенка за случившиеся «аварии». И тем более нельзя сердитым тоном произносить слово «горшок» в контексте: «А горшок для чего у нас? Ты почему на горшок не попросился?» Поставьте себя на место ребенка. Жил себе не тужил, нужду в штаны справлял, и тут на тебе — горшок. И за все, что раньше было естественно, теперь ругают. Вывод напрашивается сам: горшок — враг, осложняет привычную жизнь.

В очередной раз снимая с малыша мокрые штанишки, нужно терпеливо и спокойно объяснять: «Какать и писать надо в горшок. Штанишки мокрые. Плохо, неприятно. Хорошо, когда штанишки сухие. Надо проситься на горшок. В следующий раз садись на горшок. А где у нас горшок?»

В течение дня следует несколько раз напоминать про возможность использования этого волшебного предмета гигиены. Еще можно высаживать на горшок плюшевого медведя и рассказывать сказки о том, как обрадовались сказочные герои, когда у них появилась возможность ходить в сухих штанишках. Этого вполне достаточно. Остальное — вопрос времени.

Не торопите события. Сохраняйте спокойствие. Освоение горшка зависит не только от стараний и педагогических приемов родителей. В гораздо большей степени — от развития способности ребенка контролировать процесс мочеиспускания и дефекации. Даже трехлетки (большие уже!) могут забыть, недотерпеть. Даже в четыре года у некоторых детей еще случаются «аварии». Я знаю по мам-ским форумам, что у всех есть знакомые, которые любят рассказывать, что их ребенок чуть ли не с полугода просился на горшок. Совет для успокоения (на бородатый анекдот из бородатого анекдота): так и вы рассказывайте. Нет, ну правда, если, по мнению некоторых, дети уже в год должны проситься на горшок, то почему в садике при работе с двухлетними детьми постоянно приходится кого-то переодевать в сухое?

У современных детей, воспитанных в условиях регулярного использования памперсов, порой формируется странная зависимость от этого предмета. В своей практике я встречалась с десятком подобных случаев. Ребенок предпочитает справлять нужду в памперс и категорически отказывается садиться на горшок. При этом процесс хорошо осознается и не менее хорошо контролируется. Например, девочка Настя трех с половиной лет, когда ощущала, что хочет в туалет, просила надеть на нее памперс. Садиться на горшок она категорически отказывалась. Родители купили несколько горшков в надежде, что первый горшок просто неудобный. Горшки разных форм и расцветок появлялись в доме один за другим. Но Настя требовала памперс.

> Не торопите события. Сохраняйте спокойствие. Освоение горшка зависит не только от стараний родителей.

Однажды мама решилась на эксперимент: в памперсе было отказано. Вот, пожалуйста, — горшки на выбор. Девочка рыдала и терпела. Через несколько часов у нее поднялась температура, и мама сдалась, надела памперс. А на следующий день родители пришли ко мне за психологической консультацией.

Настя — маленький консерватор и приверженец ритуалов, поэтому важно было дать ей время, чтобы подготовиться, привыкнуть к мысли о том, что от памперсов придется отказаться.

Я посоветовала родителям в последний раз купить большую пачку памперсов, и так, чтобы Настя обязательно присутствовала при покупке. Еще в магазине (или дома, перед тем как идти в магазин) надо озвучить ей, что это действительно последняя упаковка, теперь памперсы для Насти покупать не будут, потому что большие девочки ими не пользуются, а Настя скоро станет совсем большой.

Родители воспользовались моими рекомендациями. Насте доверили участие в покупке, она даже сама расплачивалась на кассе, протягивая купюру, — вот оно, приобщение к взрослости и самостоятельности (а самостоятельные взрослые обходятся без памперсов). Дома ей доверили самой контролировать, сколько памперсов осталось в пачке. Настя их каждый вечер пересчитывала, к своим 3,5 года она уже умела считать. (Странное увлечение ранним развитием — дети учатся читать и считать быстрее, чем пользоваться горшком!) Насте предложили самой решить, куда она будет справлять нужду, когда памперсы закончатся: в горшок или унитаз. Каждый раз, вытаскивая из упаковки памперс, Насте напоминали, что еще одним стало меньше и скоро она будет обходиться без этого вспомогательного средства для малышей. И тогда мама с папой устроят семейный праздник отказа от памперсов. Настя может сама выбрать себе подарок и придумать место, где они этот праздник отметят.

Когда для проявления самостоятельности столько возможностей, легко почувствовать себя взрослой и принять решение пользоваться унитазом, что в итоге и сделала Настя. Через пару недель большая пачка памперсов наконец-то закончилась, и Настя, кажется, радовалась этому больше всех.

В этой истории были задействованы принципы **постепенности** (было время для привыкания), **самоконтроля** (девочка сама контролировала процесс перехода, считая оставшиеся памперсы) и **личной заинтересованности** (в качестве позитивного подкрепления — обещание праздника и подарка). Для ребенка старше трех лет совокупность этих принципов можно использовать для формирования любого навыка.

Часть 2

ПРОСТЫЕ НАВЫКИ

Навыки самостоятельной игры

— Вообще нисколечко сама не играет! Всегда рядом с ней

кто-то должен быть. Чтобы я могла обед-ужин приготовить, к нам бабушка приходит. К счастью, у нас бабушка живет в одном подъезде с нами. Мы специально так квартиры выбирали, чтобы рядом жить. Пока дочь с бабушкой играет, я могу свои дела на кухне переделать.

— А что было бы, если бы бабушка жила далеко? Как другие семьи без бабушек обходятся?

— Ох, не представляю! Была одна неделя, когда бабушка болела, так муж на пару дней отгул брал, а потом еще три дня отгул брал дедушка, мой папа.

Мы сидим в кабинете для индивидуальных консультаций в психологическом центре. Проблема — несамостоятельность маленькой девочки. Но постепенно я понимаю, что в моем кабинете сидят две несамостоятельные девочки. Одной два года. Другой — двадцать пять. Так может ли одна несамостоятельная девочка воспитать самостоятельность в другой?

Вдруг младшая из несамостоятельных девочек, заскучав, слезает с кресла и направляется к двери. Между прочим, сама придумала, сама направилась, сама дверь открыла…

ОНА СОВЕРШЕННО НЕ УМЕЕТ ИГРАТЬ ОДНА...
ПТИЧКА МОЯ... ТЫ КУДА?
НЕ БОЙТЕСЬ, В КОРИДОРЕ БЕЗОПАСНО
НО Я ТАК НЕ МОГУ! ЕЙ ЖЕ ТАМ БЕЗ МЕНЯ ПЛОХО

Старшая несамостоятельная девочка моментально кидается за ней с намерением вернуть обратно.

— Пусть сходит, — предлагаю я, — там диванчик с

игрушками. Администратор присмотрит. А мы пока с вами поговорим.

— Ой, нет! Я так не могу. Мне надо ее видеть. Вдруг что-то случится!

— Там мягкий диван, мягкие игрушки и мягкая по характеру девушка-администратор. Что же там может случиться?

Видно, что у мамы нет аргументов, но и желания отпустить дочку тоже не наблюдается. «Я так не могу. Мне надо ее видеть» — вот главное препятствие в развитии навыков самостоятельной игры. В любом контакте удовлетворяются потребности обеих сторон, даже если они не осознаются. На уровне сознания мама хотела бы, чтобы дочка какое-то время могла поиграть сама. Но на уровне подсознания есть более важная потребность: «Мне надо ее видеть» — и ребенок удовлетворяет эту мамину потребность своим нежеланием играть самостоятельно.

Когда ребенок впервые решает отползти или отойти от мамы, у мамы естественным образом возникает тревога. Если мама выдерживает эту тревогу, то тем самым она дает ребенку «добро» на познание мира. Если мама не выдерживает эту тревогу, то ребенок начинает ей помогать, как будто говоря: «Мама, мне трудно с твоей тревогой, так и быть, я не буду отползать от тебя».

Конкретно в этой семье есть еще и бабушкина тревога, что мама без помощи не справится. Бабушкина потребность звучит точно так же: «Мне надо ее видеть. Вдруг что-то случится» — и

мама удовлетворяет эту потребность тем, что сама она не справляется. То есть не может «самостоятельно играть» в свою семью.

> Ребенок научится самостоятельно играть не раньше, чем окружающие взрослые будут к этому готовы.

Ребенок научится самостоятельно играть не раньше, чем окружающие взрослые будут к этому готовы. Поэтому первая рекомендация: отказаться от помощи бабушки. На время. Помощь — это хорошо. Но тогда, когда это действительно помощь, а не замаскированное под помощь формирование зависимости. «Я без тебя справлюсь. Но с тобой мне будет легче» — это помощь. «Я без тебя не справляюсь» — это зависимость.

Из потребности приготовить обед-ужин вырастает и пространство для взрослой самостоятельности: «Я могу сама справиться и с ужином, и с дочкой», и пространство для развития детской самостоятельности: «Я могу сама себя занять на это время».

Для того чтобы тревогу было легче переносить, еще раз стоит критически осмотреть квартиру на предмет безопасности. Все ли опасные вещицы убраны за пределы зоны досягаемости ребенка? Плотно ли закрыты окна? Устойчивы ли стулья? Чем может заняться ребенок? Что интересного предложить ему на этот

период времени? А далее подключается тройка известных принципов: постепенность, самоконтроль и личная заинтересованность.

✓ **Постепенность**. Начинать надо с пары минут самостоятельной игры. Постепенно время увеличивается.

✓ **Самоконтроль**. Дайте ребенку возможность самому контролировать время, когда мама занята своими делами. Выручить могут песочные часы: «Поиграй сам, пока песочек весь не пересыпался. Когда заметишь, что песок пересыпался, позовешь меня». Также временным ориентиром может быть песенка: «Когда песенка закончится, я к тебе приду».

✓ **Личная заинтересованность**. Рассказывайте, как это ценно, как это значимо, когда дочка или сын могут какое-то время поиграть самостоятельно. Хвалите малыша, рассказывая о нем другим, но так, чтобы малыш слышал: «Пока я варила кашу, он такую высокую башню из кубиков сам построил!»

Ребенок не хочет самостоятельно кушать

— А что делать, если ребенок не хочет есть самостоятельно, отказывается брать ложку? Дочери уже четыре года, а ее до сих пор приходится кормить.

Что значит «приходится»? Это же ваше решение: потакать и кормить. И что такого случится, если вы перестанете это делать? Ребенок так и будет сидеть перед полной тарелкой, не притронувшись к еде? Но в этом случае он останется голодным.

Предположим, у вас завтрак. «Не хочешь — не ешь. Вставай из-за стола. Завтрак окончен». Потом обед: «Ты так и не возьмешь ложку? Ну, как хочешь». К ужину ребенок так проголодается, что начнет есть самостоятельно, прекрасно орудуя ложкой. Если, конечно, не будет никаких перекусов в виде печенья, пряников, конфет и так далее.

Важно одно — унять внутреннюю тревогу взрослых. Спокойствие, только спокойствие, как говорил Карлсон, — за один день ребенок не умрет с голоду. У него есть инстинкт самосохранения, и здоровое чувство голода рано или поздно возьмет верх над упрямством. Но сработает это, только если ребенок увидит спокойную уверенность родителей и поймет, что отступать со своей позиции они не намерены.

Если вы видите, что ребенок здоров, весел и активен, значит все в порядке. Не стоит поднимать панику.

Отказаться от кормления с ложечки можно и постепенно, через игру. (Да-да, тот самый принцип постепенности!) Попробуйте договориться с ребенком: «Давай по очереди. Одна ложка — я тебя кормлю, вторая — ты сам ешь, потом снова я и снова ты».

Или так: «Хорошо, я тебя покормлю, но только после того, как ты ровно пять ложек съешь сам». (Ребенок сам ест и сам считает — реализация принципа самоконтроля. Если считать он пока не умеет, будет слушать, как это делает мама, тоже полезно.)

«Давай, ты ешь, а я буду считать громко и торжественно». (Словосочетание «громко и торжественно» почему-то служит для детей веским аргументом.)

В период, когда я работала в детском саду, в подобные игры приходилось играть только с недавно пришедшими детьми, то есть с теми, кто еще адаптируется, чье эмоциональное состояние нестабильно. По отношению к ним больше уступок. Но если

адаптация прошла успешно, ребенок хорошо себя чувствует в новой обстановке и не плачет, капризы из серии «покорми меня» мягко игнорировались.

> За один день ребенок не умрет с голоду. У него есть инстинкт самосохранения, и здоровое чувство голода рано или поздно возьмет верх над упрямством.

«Покорми меня!» — требовал Виталик. И если в первую неделю (неделю адаптации) я его кормила, то начиная со второй недели я специально создавала ситуацию, при которой малыш был вынужден есть сам. «Виталик, подожди, мне надо всем компот налить». А потом: «Подожди, я схожу в спальню, в спальне нужно проветрить перед сном». И Виталик ждал… Какое-то время… Но голод не тетка, поэтому мальчик брал ложку и начинал есть. (Принцип личной заинтересованности.)

Укладываться спать самостоятельно

— Сам уснет?! Да не может быть!

Я провожу семинар для родителей в детском развивающем центре. И, похоже, ни один из родителей, собравшихся на семинаре, не верит в то, что ребенок способен заснуть сам, без специальных действий со стороны взрослого.

— Наши дети, укладываясь спать, делают все, чтобы довести нас, родителей, до белого каления. Сами же создают ситуацию, при которой получают порцию негатива, чтобы законно отрыдаться и тут же вырубиться, будто бы и не было ничего, — с отчаянием описывает свою семейную ситуацию мамочка со светлыми кудрями.

— Да, — подхватывает мамочка с темной косой. — Если дело дойдет до слез, время засыпания сокращается до нескольких минут, если не секунд. Прямо сдерживаю себя, чтобы детей не задеть. Очень уж велик соблазн — поревут минут десять, зато потом сразу уснут.

— Спать уложить тяжело что днем, что вечером. Начинают беситься, скачки по кровати, сна ни в одном глазу. Вчера опять не сдержалась, гаркнула на нее, так она сразу и уснула. Не понимаю, почему надо сначала прорыдаться и только потом нормально уснуть? — вопрошает мамочка в пестрой бандане.

Объясняю, что в этом нет ничего удивительного. Со слезами, то есть с сильными эмоциями, выходит много энергии, что влечет за собой физическую усталость. После слез обессиленный человек засыпает. Вы ведь наверняка замечали за собой, что после сильного расстройства, стресса возникает желание «мне бы выспаться».

Но здесь есть и подводные камни. Если ребенок несколько раз подряд заснет после такого эмоционального всплеска, возможно закрепление нежелательной модели поведения. Иначе говоря, ребенок привыкнет засыпать только со слезами, только после борьбы и никак по-другому…

— Да не пойдет он спать! Сам — никогда! — к обсуждению проблемы подключается папа. — Мы его каждый вечер с боем укладываем. Сидеть с ним надо, пока не уснет. Моему сыну почти три года, и он делает все, чтобы только не ложиться. Он несколько раз попьет, несколько раз посидит на горшке, несколько раз поменяет игрушку, с которой собрался спать. Вчера сначала я с ним лежал, и он просто прыгал на мне, а потом потребовал, чтобы вместо меня мама его укладывала. Полежал пять минут с мамой и устроил истерику, чтобы опять папа пришел. Так мы с женой и менялись, пока он не вырубился от усталости. Это невыносимо, так изматывает нас всех! Мы как-то

решили, что пора бы ему ложиться спать самому. Перестали с ним сидеть. Так он, вместо того чтобы лежать, стал бегать туда-сюда по квартире. Мы ему запретили выходить из комнаты, а он лег на пол и стал играть. В кровать мы его загнали только через наказание. Какое-то время он рыдал, а потом устал и уснул. Если не наказывать, если без слез, он так и будет бегать до полуночи. В итоге снова по очереди сидим рядом с ним.

Прежде всего родители должны быть твердо уверены в том, что ребенок устанет и сам уснет.

— То, что вы рассказали, — это не про самостоятельное засыпание. Самостоятельное засыпание — это когда сам захотел, сам лег, сам уснул. В вашем же рассказе после слов «ложиться спать самому» пространства для самостоятельности не было. Вы просто перестали сидеть с ребенком, а когда ему ложиться спать, сам он не определял. Его поведение по-прежнему строго контролировалось родителями, а в кровати вы его удерживали через принуждение и наказание. При этом несколько раз у вас прозвучала мысль «устал — уснул». Осталось только сформулировать простую истину: усталый ребенок уснет сам.

— Вот в том, что он устанет и уснет, сомнений у нас нет. Но только устает он ближе к одиннадцати, а утром его в садик не добудишься…

— А во сколько вы его укладываете?

— Мы стараемся начать укладывать где-то в восемь. О, это целый ритуал. Мультик, купание, кто-то из нас читает ему сказку, иногда две. В девять выключается свет, и тут начинается представление… Он может спокойно до одиннадцати, а то и до половины двенадцатого бегать туда-сюда, писать, какать, менять игрушки… будет просить, чтобы мы с ним посидели, потому что ему страшно, да все что угодно.

— А зачем же вы так рано загоняете его в постель?

— Так ведь процедура долгая. Он и так до одиннадцати на голове стоит. А если позже будем укладывать, то он еще дольше бегать будет.

— То есть если его не укладывать, то он, устав, уснет сам в 23 часа, — это с ваших слов. А если его в восемь начать укладывать, то он все равно будет бегать до одиннадцати. Только при этом еще нервы родителям вымотает.

— Действительно… Получается, что так.

— У вашего сына сейчас идет сильная протестная реакция на сон. Его укладывают, он не хочет, сопротивляется, а потом уже хочет спать, но все равно сопротивляется. Потому что со сном у него связаны негативные ассоциации. Он воспринимает сон как

наказание. Можно так поступить: под выходной объявите ребенку, что больше вы его спать укладывать не будете. Вы только подготовите его ко сну, искупаете, почитаете, а дальше пусть сам решает, когда спать. Но оговорите условие, что он может играть только в своей комнате и только в спокойные игры. И посмотрите, как он себя поведет. Вероятно, первые дни он уснет ну ооочень поздно. И может быть, даже не на кровати, а на полу, в процессе игры, — настолько велико будет его сопротивление сну. Но постепенно он привыкнет, что его никто не принуждает спать, и поменяет свое отношение к этому. Сон будет восприниматься уже не как наказание, а как возможность восстановить силы. Если же родительская тревога не позволит вам пойти на такой смелый эксперимент, то продолжайте укладывать, соблюдая привычный ритуал. Но лучше сдвинуть время подготовки ко сну на более позднее время. Чтобы ваше противоборство продолжалось не три часа, а полчаса.

— Так если я разрешу ей не спать, она мне жизни не даст! Она же за мной ходить будет, чтобы я с ней поиграла, — восклицает одна из мам, и я сразу вспомнила маму, которая жаловалась, что ее дочь не умеет играть одна.

Самостоятельное засыпание не может быть автономным. То есть не бывает так, что самостоятельность касается только сна, а во всем другом самостоятельность отсутствует. Или наоборот. Нет, дорогие родители, все взаимосвязано: и сон, и горшок, и умение чем-то самостоятельно развлекать себя, и, конечно, ваша готовность к детской самостоятельности. Прежде всего родители должны быть твердо уверены в том, что ребенок устанет и сам уснет. Если вы, напротив, считаете, что ребенок сам, по доброй воле никогда в кровать не ляжет, то он и в самом деле сделает все, чтобы укрепить вас в этом мнении.

Обычно уверенность в том, что ребенок сам в кровать не пойдет, родители черпают из собственного детства. Они, вероятно, помнят, как их укладывали спать, запрещая вставать с кровати и требуя, чтобы глаза были закрыты. А еще, может быть, наказывали сном: «Ты себя плохо вел в садике, опять подрался. Сейчас придем домой, и я тебя сразу спать положу!» Или: «Если сейчас же не прекратишь шуметь, пойдешь в кровать!» А кого-то, возможно, подкупали: «Если быстро уснешь, утром я тебе дам конфетку». Подобные манипуляции нарушают восприятие сна как естественной потребности, возводя его в ранг насилия. Пока ребенок может сопротивляться насилию, он старается использовать все доступные методы. Вот и получается такая борьба, выматывающая обе стороны: «Видно ведь, что спать хочет, уже с ног от усталости валится, а все равно не ложится».

Попробуйте не заставлять ребенка спать. Хотя бы потому, что заставлять — неэффективно. Представьте, что вы сами по какой-то причине не можете заснуть. Нервное перевозбуждение, стресс на работе, навязчивые мысли… Если в этот момент на вас будут сыпаться агрессивные упреки вашего мужа (жены): «Ну что ты никак не заснешь?!» — вам это поможет уснуть? Вряд ли… Скорее всего вспыхнет обида или раздражение оттого, что ваше состояние даже не пытаются понять. Эх, если бы для здорового, крепкого сна было достаточно магического словосочетания «Быстро спать!»…

Я не говорю про абсолютно всех детей. Исключение могут составлять совсем маленькие дети или дети с неврологическими особенностями, но в возрасте от трех лет многие дети уже могут засыпать самостоятельно.

Необходимые условия для этого:

✓ Отношение ко сну как к естественному отдыху, а не как к наказанию и принуждению.

✓ Предложите ребенку занять себя тихими играми на ограниченной территории. («Можешь не спать, но не выходи из комнаты, не кричи».)

✓ У родителей не должно быть тревоги по поводу «уже девять часов вечера, а он все еще не спит».

✓ Сверхважность соблюдения определенных условий отхода ко сну вовсе не обязательна. Ничего страшного, если ребенок забудет надеть пижаму, забудет убрать за собой игрушки после игры, забудет выключить свет в своей комнате.

Это не значит, что нужно совсем отпустить ситуацию и перестать придерживаться режима дня. Можно напоминать ребенку о необходимости сна. Можно воздействовать личным примером. Можно создать ему условия для засыпания. И ребенок заснет.

Семейные традиции

Вчера мы с моим ребенком занимались: писали в прописи.

— Может, закончим? — сказал Сашка.

— Осталось еще три буквы, — протестую я.

— Завтра доделаю, — настаивает сын.

— Не надо откладывать на завтра то, что можно сделать сегодня. Тем более всего три буквы осталось, — авторитетно палю я.

Я же не знала, что этот речевой штамп мой ребенок возьмет на вооружение и направит против меня.

— Пора спать. Давай убирать пластилин.

— Мне нужно еще трех динозавров слепить.

— Уже половина одиннадцатого. Слепишь остальных завтра.

— Мама, не надо откладывать на завтра то, что можно сделать сегодня. Всего три динозавра! — нокаутирует меня Сашка моим же аргументом.

И я иду спать, пожелав ему творческих успехов и спокойной ночи.

Примерно через час выхожу из своей комнаты. Ну да, как-то не по себе, не спится, если ребенок не в кровати. А ребенок, оказывается, уже в кровати. Спит. Носки снять забыл. Одеялом не укрылся. Зато пластилин убран в коробку.

Утром спрашиваю:

— И где твои новые динозавры?

— Я только одного слепил, потом спать сильно захотелось, — отвечает Саша.

То есть мой ребенок лег спать немногим позже. Всего-то на один динозавр. Наверное, если бы я начала проявлять свою волю, если бы насильственно забрала пластилин и стала загонять в постель, времени на наше противоборство ушло бы гораздо больше. А сколько ушло бы нервов с обеих сторон…

Сон — естественная потребность. Уставший ребенок уснет сам. Я не укладываю своих детей спать. Я просто напоминаю, что пора спать. Говорю о своей усталости, о своем желании пойти спать. Предлагаю: «Если хочешь, чтобы я перед сном почитала, нужно лечь в кровать прямо сейчас, иначе будет поздно, я усну, а во сне я не читаю». И это вовсе не моя революционная идея — отказаться от укладывания детей. Я сама выросла в таких условиях. Для меня в детстве было открытием, что в других семьях детей зачем-то заставляют лежать в кровати.

Однажды я спросила маму:

— Мама, я не помню, чтобы вы меня как-то специально укладывали спать. А как в нашей семье решалась проблема сна?

Мама ответила:

— Никак. Я сама не помню такой проблемы. Ты просто говорила, что хочешь спать, и шла в кровать. Я укрывала тебя одеялом, целовала, желала спокойной ночи, выключала свет. А когда вы с братом поменьше были, мы читали перед сном долго. Вы поэтому и ложились с удовольствием, что вам нравилось слушать.

> Сон — потребность организма, и проблема засыпания не решается хорошим поведением и усилием воли ребенка.

Выходит, я просто повторяю педагогическую модель из родительской семьи. А у мамы моей откуда такая модель взялась?

— Мама, а тебя в детстве как спать укладывали?

— Бабушка твоя, наша мама, учителем работала, она до глубокой ночи тетрадки проверяла. Как ты думаешь, было у нее время и силы своих детей в кроватях удерживать? Устали и сами уснули.

Семейные наследуемые практики воспитания… Я не думаю, что моя прабабушка укладывала детей спать как-то иначе. У них с мужем было слишком большое хозяйство и слишком много детей, чтобы тратить по часу в день на укладывание каждого.

Мамино время

Однажды, сидя в очереди на прием в женской консультации во время первой беременности, я услышала разговор двух мам. Обе ждали по второму ребенку и обсуждали разные сложности в воспитании. Одна мама резюмировала:

— Когда ребенок засыпает, у мамы начинается жизнь.

— Это точно, — согласилась вторая и добавила: — И как потом двоих укладывать? Вообще времени для себя не будет…

У этих мам существовало убеждение, что мама живет своей жизнью только тогда, когда ребенок спит, а все остальное время она живет жизнью своего ребенка. А если мама начинает жить своей жизнью только тогда, когда ребенок засыпает, то для нее это чрезвычайно важно — чтобы ребенок уснул обязательно вовремя. Она нервно поглядывает на часы, потому что уже пора бы начаться ее жизни, но ребенок все еще не спит. И чем сильнее маме хочется, чтобы ребенок уснул, тем активнее он борется со сном. Как будто чувствует мамину тревожность. И мама может даже начать злиться на «вредного» ребенка, который, как нарочно, не засыпает…

Иной раз возникает утомительное противоборство: мамина

настойчивость, с одной стороны, и организм ребенка — с другой. Именно так: организм ребенка. Потому что сон — потребность организма, и проблема засыпания не решается хорошим поведением и усилием воли ребенка.

А если не делить жизнь на «жизнь для себя» и «жизнь для ребенка»? Пусть будет жизнь с ребенком. Такая жизнь, в которой будет комфортно и маме, и ребенку.

После девяти вечера начинается мое личное время. Дети могут спать, могут не спать, но это не влияет на мои вечерние планы. Если младший сын хочет, чтобы я почитала, — я почитаю, но только до девяти часов. В девять время чтения заканчивается. Если старшему нужна помощь с уроками, я готова помочь до девяти часов. Не хочешь спать — можешь играть. Но только тихо и в своей комнате при свете ночника, чтобы не мешать спать остальным. Тихо играть одному в полумраке довольно скучно, и ребенок быстро засыпает. У меня нет проблемы с укладыванием детей. И у меня есть своя жизнь. Мамино время. Даже если дети не спят.

Проблемы засыпания и как их решать

— Что делать, если ребенок не хочет спать? Ну, никак не засыпает!

А что делаете вы, когда не хотите спать или не можете заснуть? Есть два варианта: либо вы продолжаете бодрствовать, чем-то активно заниматься, пока естественная усталость не возьмет свое, либо создаете себе условия для засыпания. Но прежде анализируете ситуацию: «Что мне мешает уснуть? Как исправить? Может, душно? Может, шумно? Может, жестко? Может, жарко? Может, мысли мешают?»

В случае с ребенком нужно задаться теми же вопросами. И устранить причину.

1. **Слишком короткое время бодрствования, предшествующее ночному сну**. Например, ребенок поздно встал после дневного сна. Тогда логично время ночного сна немного сдвинуть. Определенного режима дня, конечно, придерживаться нужно, но не следуйте ему фанатично. Не стоит держать в кровати ребенка, который по известным вам причинам совсем не хочет спать. В том, что ребенок уснет на час позже, никакого криминала нет. Важнее, чтобы он уснул с удовольствием.

2. **Трудность в переключении от активной деятельности ко сну**. Если ребенка, который скачет по комнате на мяче, с этого мяча снять и поместить в кровать, то ребенок будет скакать и там.

Это примерно как выдернуть взрослого с важных переговоров и сказать: «Спи!» Нет ведь, не уснет. Будет прокручивать в голове аргументы оппонентов и просчитывать последствия сорванных переговоров. «Гештальт[1] не завершен», как говорят психологи. То, что пора спать, — это понятно взрослому, а ребенку непонятно. Для ребенка фраза «Пора спать!» — полная неожиданность. А неожиданность — это стресс: не успел, не закончил. Дайте ребенку возможность закончить игру. Предупредите заранее, что скоро спать. Учите ребенка заканчивать игру, проигрывая сюжет вместе с ним: «Машинки уехали в гараж», «Куклы ушли спать». Заранее переключите ребенка с активных игр на спокойные, так как от спокойных игр переход ко сну легче. Продумайте ритуал засыпания — привычную последовательность действий, которая будет настраивать на сон.

3. **Наличие внешнего раздражителя, мешающего засыпанию** (свет, звук). Постараться убрать раздражитель или уменьшить его воздействие.

4. **Раздражитель внутри — навязчивая мысль, страх, сомнение.** Поговорите с ребенком на эту тему. Просто задайте какой-нибудь вопрос, а потом внимательно слушайте. Малыш сам расскажет, что его беспокоит.

1. Слишком короткое время бодрствования, предшествующее ночному сну

2. Трудность переключения от активной деятельности ко сну

Внимание-внимание! Говорит диспетчер острова морских котиков. Пассажиран лайнера воздушное пройти где им тёплые
Срочно покинуть судно и на лежбище, будут предложены напитки...
Я-самолет Ту-154, отправляюсь на остров морских котиков!

3. Наличие звукового раздражителя, мешающего засыпанию

4. Раздражитель внутри — навязчивая мысль, страх, сомнение

5. Физический дискомфорт
У меня подушка слишком теплая... А я хочу холодную...
6. Стрессовая ситуация, новые условия
Ну когда уже наступит утро...
7. Напряжение, перевозбуждение
Ну и кто его после гостей спать будет укладывать?
Ничего на свете лучше не-е-ту!
8. У ребенка сформирована негативная установка на сон, и он «включает» сопротивление
Я ненавижу словоспать...

5. **Физический дискомфорт** (новая подушка непривычной высоты, колючая пижама, жарко, душно). Выход самый простой — создать комфортные условия. Правда, уставший ребенок способен заснуть, сидя на пороге в верхней одежде или на коврике возле дивана, свернувшись калачиком поверх деталей лего, или даже с ложкой в руке над тарелкой супа… Если ребенок не хочет спать, может, ему не хватает физической активности?

6. **Стрессовая ситуация, новые условия** (приходится засыпать в новом месте, в доме присутствуют новые для ребенка

люди, не выполнен привычный ритуал засыпания). Дайте ребенку время, чтобы адаптироваться, привыкнуть к непривычной для него ситуации. Пусть освоится на новом месте, пообщается с незнакомыми прежде людьми, поисследует все, что представляет для него интерес, убедится в безопасности. А потом постарайтесь соблюсти ритуал засыпания, если не весь, то хотя бы некоторые элементы.

7. **Напряжение, перевозбуждение.** Умойте ребенка. Сделайте расслабляющий массаж. Можно при этом что-то тихо приговаривать. Спокойная, размеренная, монотонная речь действует успокаивающе. Почитайте книгу сказок. В любом народном фольклоре есть «усыпляющие» произведения (об этом чуть ниже).

8. **У ребенка сформирована негативная установка на сон, и он «включает» сопротивление**. Чтобы улизнуть из кровати, ребенок может придумать тысячу и одну причину. Он может активно саботировать просьбу идти спать или манипулировать вами. Про подобное поведение шутники говорят: «При слове „спать“ на ребенка нападают жажда, голод и запор…» В этом случае сделайте так, чтобы кровать вызывала у ребенка только положительные эмоции. Придумайте вместе с ним, как ее украсить, выберите вместе постельное белье, желательно с рисунком, навевающим сон (у меня есть детское белье со спящими медвежатами в пижамах, с совами на фоне звездного неба — расцветки темные, сдержанные). Пусть в кровати будет «сонная» игрушка, которая уже соскучилась и зовет малыша присоединиться.

При достаточной дневной активности, при спокойных играх перед сном, при соблюдении ритуала перехода ко сну и положительном отношении к месту сна ребенок легко засыпает. Не заставляйте его спать. Создавайте условия для засыпания.

> «Моему сыну три года, и укладываемся мы иной раз вечером по полтора часа. Я пробовала не укладывать его, и в итоге он мог просидеть до двух ночи, пробовала не укладывать днем, но тогда он сам отключался в четыре часа, потом просыпался в семь, и „да здравствует веселая ночка“… О самостоятельном засыпании и не мечтаю, в моем бы присутствии засыпал…»

Бывает, заснуть мешает повышенная нервная возбудимость. Когда я работала воспитателем в детском саду, мне встречались

такие дети. То есть в каждой группе были такие, кто спокойно ложился и засыпал, и такие, к кому требовался особый подход. Некоторые дети даже лежать спокойно не могут: теребят одеяло, чешутся, ковыряют в носу, накручивают волосы на палец, дергают брови. Я садилась на стульчик рядом с кроваткой. Одной рукой мягко фиксировала ноги малыша, положив руку на бедро, вторую руку клала на плечико. Далее делала очень легкие покачивающие движения. Это элемент из телесно ориентированной терапии, позволяющий быстро снизить тонус напряженных мышц, оказывающий расслабляющее действие на нервную систему.

> Лучше, если родители будут гибкими: в какие-то дни ребенку можно позволить уснуть попозже, иногда неплохо бы сделать расслабляющий массаж перед сном.

Кроме этого я использую технику подстройки дыхания. У возбужденного ребенка дыхание частое и поверхностное. У спящего — равномерное, глубокое. Значит, чтобы ребенок уснул, нужно перевести его дыхание в другой режим.

Удерживая свои руки на теле ребенка, я присоединяюсь к его дыханию, некоторое время дышу, как он, — наши вдохи и выдохи совпадают. Через некоторое время я начинаю дышать более глубоко и медленно, так, как дышит человек в состоянии расслабления. Дыхание у ребенка тоже становилось более глубоким.

Эту технику можно применять одновременно к двум детям (у меня же две руки). То есть я ставлю стульчик между кроватками, правую руку кладу на плечико одного ребенка, а левую — на плечико второго. Потом начинаю тихонько раскачиваться вперед и назад, в такт своему дыханию. Колебательные движения передаются детям. Вскоре наступает мышечное расслабление, дыхание замедляется, и малыши засыпают. Требуется для этого от трех до пяти минут. Максимум десять.

Еще один прием, после которого у меня мгновенно засыпала половина группы, — чтение сказки. Но читать нужно не артистично, с выражением, а мелодично, даже монотонно, постепенно замедляя темп речи. Предложения надо произносить протяжно, на выдохе, а затем делать паузу для плавного вдоха, это приводит к тому, что у слушателей дыхание замедляется.

Еще я бессовестно нарушала авторский текст, вставляя в него фразы про расслабление, отдых, сон: «И подумал тогда медведь (вдох, после чего плавно, на выдохе произносится следующая фраза), сяду-ка я на пенек (вдох), съем пирожок (вдох), лягу на травку (вдох), подремлю чуток (вдох). А Маша ему из короба (вдох): „Поспи чуток (вдох), но не ешь пирожок…“»

У Маршака есть замечательное «засыпательное» стихотворение: «Сказка о глупом мышонке». И ритм подходящий, и часто повторяющаяся фраза про сон. Главное, не начать читать с выражением, имитируя ржание лошадей и хрюканье свиней; читать это стихотворение нужно «трансовым» голосом, с паузами, покачиваясь, а если знаете его наизусть, то и с закрытыми глазами. (Тут бы не уснуть раньше ребенка.)

Описанные приемы очень эффективны, но обратите внимание: прежде чем применять их, нужно самому быть спокойным и расслабленным. Самое сложное для мам, после того как дети уснули, соскребать себя со стульчика, выводить из сонного транса и бодренько идти делать свои взрослые дела, завидуя спящим детям…

И еще один важный момент. К вопросу перехода ко сну нельзя подходить механистически. Даже тем детям, которые в принципе неплохо засыпают, иногда требуется помощь. Наблюдательные родители способны уловить настроение ребенка и понять, может ли он сам заснуть или ему нужно помочь снять дневное напряжение: посидеть рядом, погладить спинку, потеребить волосы, покачать.

Лучше, если родители будут гибкими: в какие-то дни ребенку можно позволить уснуть попозже, иногда неплохо бы сделать расслабляющий массаж перед сном. Вспомните, в вашей взрослой жизни наверняка были моменты, когда не спалось даже при наличии физической усталости. Нервное напряжение давало о себе знать навязчивыми мыслями, и расслабляющий массаж был бы весьма кстати.

Я учила этому виду массажа мам в одной из смен творческого семейного лагеря. В десять вечера, как правило, все дети уже спали, с ними оставались папы, а мамы приходили на традиционные психологические посиделки. И вот одна из мам пришла с трехлетней дочкой: «Никак не спит. Уже целый час с ней бьюсь. Вообще сна ни в одном глазу». Пропустить посиделки молодой женщине не хотелось. Что ж, прекрасно. Сейчас посмотрим, как расслабляющий массаж влияет на ребенка. Предлагаю разбиться на пары, чтобы сделать друг другу массаж под моим руководством. Контакт с телом происходит через одежду. Ничего сложного, ничего требующего специальных знаний. Достаточно мягко положить руки на плечо и бедро и делать покачивающие движения.

Через десять минут от начала массажа малышка, у которой «сна ни в одном глазу», крепко спала.

Засыпать в своей кроватке

Бессонные ночи — больная тема для многих мам. Выше я рассказала о своем сыне Саше (помните, он лепил динозавров?), и у кого-то может сложиться впечатление, что он с самого рождения был «образцово-показательным мальчиком». Если бы… Когда ему было полгода, я могла спать на лавочке в парке, подложив под голову сумку, пока — вот счастье-то! — Сашка спал в коляске…

Так что период бессонных ночей у меня тоже был. Выручало принятие ситуации и осознание, что это временно.

— Мама, когда же он будет спать?! — в отчаянии спрашивала я свою маму. Я была в гостях у родителей, а пятимесячный сын — не Сашка, Арсений — уже в четвертый раз поднял меня ночью.

— Подрастет и будет спать. Еще как будет. Разбудить не сможешь! Особенно к первому уроку в восьмом классе — вообще поднять нереально!

А еще мама шутила, что это месть внуков за бессонные ночи их бабушки.

— Полгода ты вообще только на руках спала! Положишь в кровать — орать начинала. Я стелила на пол ватное одеяло в два слоя — боялась, что нечаянно усну и уроню тебя на пол, — жаловалась мама.

— А что врачи говорили? — Не могу же я признать, что не давала маме спать исключительно из вредности.

— Врачи говорили, что ты день с ночью перепутала. Днем ты спала.

— А ты днем спала?

— Да что ты, дочь! У меня же еще двухгодовалый ребенок! Брат твой в садик еще не ходил.

Мне казалось, что если моя мама могла не спать ночами, то и я тоже смогу. Но я не смогла. Однажды ночью, когда я в очередной раз встала к ребенку, поднятая его плачем, у меня случился гипотонический криз, и я упала в обморок. Врач «Скорой помощи», женщина в годах, сказала мне: «Мамаша, не майся дурью, положи ребенка с собой и спи спокойно, а то у тебя уже сил не осталось». Я так и сделала. И вся семья наконец-то стала высыпаться.

Совместный сон с ребенком: за или против? Есть много «против». Об этом говорят и педиатры, и педагоги, и психологи. (Хотя есть и другие педиатры, другие педагоги и психологи, которые приводят аргументы «за».) Я — за: мама высыпается. Со старшим сыном я была «правильной мамой» и полгода укладывала его в кроватку. Укладывала, бывало, по пять раз за ночь, потому что он часто просыпался и начинал орать. А с младшим я стала «ленивой мамой» и сразу положила его себе под бок. Но это мой личный опыт, и не стоит воспринимать его как руководство к действию. Есть счастливчики, у которых грудные дети спят спокойно всю ночь в своей кроватке. Ладно, пусть не всю ночь, но и через каждый час они не просыпаются.

Если ваш ребенок спит отдельно — прекрасно. Это значит, что вам не придется потом решать задачку: как же научить его

спать отдельно? Но, допустим, этот вопрос возник, и тогда вам будут полезны следующие советы.

Проще всего, на мой взгляд, это когда не ребенка отселяют в другую кровать, а мама больше не спит с ним «нос к носу». Конечно, мама в детской кроватке не уместится, но бывает и так, что они с малышом делят диван или тахту. Вот так и я спала с сыном на диванчике. Потом (после года), убедившись, что ребенок уснул, тихонько вставала и шла к себе. Конечно, если сын просыпался и звал меня, я приходила, но постепенно его сон становился все крепче. А потом уже и лежать рядом, когда он засыпает, не было необходимости. В этом случае ребенку не нужно привыкать к другой кровати, которая может стоять в другой комнате. Все, как раньше, только присутствие мамы уже не такое частое.

Если же ребенок спал в родительской кровати, то, возможно, на какое-то время маме придется переехать вместе с ним. Сначала малыш привыкнет к новой кровати (мама рядом, вот она сидит), а потом привыкнет к тому, что маме не обязательно присутствовать при его засыпании. Когда вводятся какие-то изменения, важно, чтобы что-то было «как всегда». Сразу и новая кровать, и отсутствие мамы — тяжеловато для психики. Но даже если «как всегда» по каким-то причинам не получается, психика ребенка справится. И все же, если есть возможность уменьшить стресс, то лучше ею воспользоваться.

Еще один промежуточный этап «переходного периода» — наличие второго одеяла. Вы решили «отселить» ребенка. Хорошо, но тогда поспите какое-то время под разными одеялами (если раньше спали под одним). Мама рядом, но уже нет непосредственного контакта с ее телом, мамино тепло не ощущается физически. То есть телесный контакт разрывается, и ребенка ждет постепенная автономия.

> Если ваш ребенок спит отдельно — прекрасно. Это значит, что вам не придется потом решать задачку: как же научить его спать отдельно?

Можно использовать какую-нибудь мягкую игрушку для сна. Когда у ребенка такая игрушка есть, то с ней он легко заснет в любом месте. Кстати, игрушку можно брать с собой и в путешествие, и в детский сад.

Я даже советую купить две одинаковые игрушки и одну спрятать. Потому что, если игрушка-«засыпашка» потеряется (например, случайно забыли в номере отеля), разыграется настоящая трагедия. А так — подменили запасной и спим спокойно…

Редко, но бывает, что у ребенка появляется личная мотивация спать отдельно от родителей: «Я большой! Я один буду спать!» Дополнительным стимулом может послужить самостоятельное обустройство спального места. Вместе с ребенком купите красивое постельное белье: «Только мое! У мамы с папой такого нет!» Вместе подберите удобную подушку. А еще купите какие-нибудь аксессуары: симпатичный ночник, светящиеся звездочки на потолок и талисман для хороших снов. По-доброму «позавидуйте» своему ребенку, ему будет приятно.

> Какая прелесть, а! Всего-то недельку потерпеть плач ребенка! Могу допустить, что этот метод эффективен. Но я бы никогда не рискнула применять его к своим детям.

Чего делать нельзя: укладывать ребенка в кровать и уходить, оставляя его плакать. Мол, в первый день поплачет несколько часов и уснет. Во второй день поплачет, может, часик, может, два. Постепенно время плача будет сокращаться, и ребенок научится засыпать сам, в своей постели. Какая прелесть, а! Всего-то недельку потерпеть плач ребенка! Могу допустить, что этот метод эффективен. Но я бы никогда не рискнула применять его к своим детям. Даже представить трудно, какой психологической травмой это может обернуться для ребенка. Представьте эмоции малыша, надрывно зовущего родителей, которые к нему так и не приходят. Есть существенная разница в том, почему ребенок перестает плакать. Потому что его ничего не беспокоит и потому что бесполезно звать, все равно никто не придет. От второго варианта лично мне становится очень грустно и тревожно.

Как научить ребенка убирать игрушки

Этот вопрос мне задают очень часто. По популярности проблема уборки игрушек идет сразу после «тройки лидеров» (горшок, сон, аппетит). Если честно, я не знаю единого работающего алгоритма, в результате применения которого каждый ребенок сразу начнет убирать за собой. Все дети разные. Нужны разные подходы, разные аргументы. Поэтому просто привожу «игрушечные истории», как материал для размышления и поиска решения, которое, возможно, подойдет конкретной маме и конкретному ребенку.

История первая

Арсению два с половиной года. Я уложила его спать днем и навела в комнате идеальный порядок: все по ящичкам, по

коробочкам, машинка к машинке, кубик к кубику, книжка к книжке.

Когда Арсений проснулся, он первым делом обиженно-возмущенно сказал:

— Мама, ты что?! Я доставал, доставал, а ты все убрала!

И тогда я поняла, что наши картины мира не совпадают — у Арсения совершенно другое представление о порядке. Разбросанные игрушки — это удобно, так как всегда все на виду и под рукой.

✓ **МОРАЛЬ. Необходимость уборки для ребенка не является очевидным фактом. Целесообразность лишних телодвижений в этом направлении до него еще нужно суметь донести.**

История вторая

Детсад, группа трехлеток. Типичная ситуация: похватали все игрушки с полок, поиграли и тут же бросили. Никому в голову не приходит, что игрушки надо убрать. Зачем?

Подзываю детей к себе.

— Ребята, вы любите, поиграв в садике, возвращаться домой?

— Да!

— А если бы вы в садике на ночь остались? Если бы вас забрать забыли? Понравилось бы вам это?

— Нет!

— Вот и у игрушек есть свои дома, куда они любят после игры возвращаться! Игрушкам не нравится, когда их кидают где

попало и там забывают. Давайте все вместе вернем игрушки в их домики, где им будет хорошо. Где у нас куклы живут?

✓ МОРАЛЬ. До ребенка легче донести мысль, если опираться на имеющийся у него опыт.

История третья

Сашке три года. С его фантазией, похоже, даже игрушки не нужны. Чтобы весело провести время, ему достаточно рулона туалетной бумаги. Машинки едут по заснеженной трассе, трасса — раскатанный по квартире рулон мягкой двухслойной. «Упс, — думаю я, — опять не успела спрятать последний рулон. Уже поздно, в магазин идти неохота, придется использовать бумажные платочки…» А в это время началась снежная буря. Мягкая двухслойная из лентообразной превратилась… Не знаю, во что она превратилась. Мелкими клочками усыпан весь пол. Довольный Сашка валяется «в снегу», обсыпая себя «снежинками».

Пришло время сна. Надо бы перед сном прибраться. Но надо маме, а не Саше, Сашу «сугробы» устраивают. А маму не устраивает беспорядок. Если мама скомандует: «Собери мусор!» — Сашка будет возражать: «Это не мусор! Это снег! Пусть лежит!» Значит, надо убедить ребенка, что снег нужно собрать.

— Саш, Деду Морозу очень нужен твой снег.

— Да?! А зачем?

— Сейчас май. Снег растаял. Деду Морозу жарко. А твой снег не тает. Дед Мороз будет твоим снегом от солнца защищаться. Давай весь снег в этот пакет сгребай.

— Мам, — спрашивает Сашка, уже сметая в пакет клочки бумаги, — а как снег к Деду Морозу попадет?

— Как, как, — с ходу придумываю я, — олень волшебный рогами подцепит пакет и увезет.

— Он что, к нам домой прискачет?

— Зачем. Мы на балконе пакет оставим. Он допрыгнет.

Сашка старательно собрал в пакет все «снежинки».

Арсений (он все слышал) аккуратно поинтересовался у меня относительно этичности подобной мотивации:

— Мама, ты же обманываешь?

— Нет, я не обманываю. Я придумываю для Сашки сказку, а он в нее играет. Разве кому-то от этого плохо?

✓ МОРАЛЬ. Любая деятельность для ребенка будет привлекательней, если ее можно превратить в игру.

История четвертая

Ее рассказала участница родительского тренинга, она не про игрушки, но тоже про уборку и про превращение уборки в

увлекательную игру.

МИСТЕР «ПОМОЙНОЕ ВЕДРО» О-О-ОЧЕНЬ ГОЛОДНЫЙ! И ЕСЛИ ТЫ НЕ НАКОРМИШЬ ЕГО СЕЙЧАС ОБРЕЗКАМИ БУМАЖЕК, ОН НАЧНЁТ ЕСТЬ НОСКИ, ШТАНЫ И МАЛЕНЬКИХ ДЕВОЧЕК!

— Придумала игру: одна из вилок стала королевой. И вот эта безобразница решила изгнать из своего королевства всю грязную посуду. И ведь чудеса-то какие, с ревизией надумала приходить именно тогда, когда мы поедим. Уже несколько раз пыталась выгнать из кухни любимую тарелку сына, сама видела. Я, конечно, могла бы помочь, но Их Величество велела своим подданным не подпускать меня к мойке. И вот, под прикрытием динозавров, моему сыну Савве удается каждый раз проникнуть к мойке, чтобы спасти свою тарелку от изгнания. Сюжет каждый раз немного меняется, но результат — после каждого приема пищи Савва все чаще моет свою посуду.

✓ **МОРАЛЬ (ТА ЖЕ САМАЯ). Любая деятельность для ребенка будет привлекательней, если ее можно превратить в игру**.

История пятая

Сашке четыре года. Ставлю перед ним задачу: убрать игрушки. Он начинает ныть, что это долго, что игрушек много, что он не справится, что он устанет и что ему неплохо было бы помочь.

В детской такой бардак, что даже у меня родилось ощущение: это прибрать невозможно.

— Хорошо, — говорю я, — собери сейчас только машинки в этот короб.

Задача проста и понятна, и Сашка быстро справляется.

— А теперь только кубики в этот ящик… А теперь всех солдатиков в эту коробку… Ну, вот, осталось только мусор подобрать.

✓ МОРАЛЬ. Если задача кажется абстрактной и невыполнимой, ее надо разбить на конкретные простые подзадачи.

История шестая

Ставлю перед детьми задачу: сейчас Сашка собирает игрушки, после чего Арсений пылесосит. Пылесос зашумел как-то подозрительно быстро… Захожу в комнату и вижу: все разбросанные игрушки перекочевали с пола на другие горизонтальные поверхности. Теперь игрушками завалены стол, диван, подоконник. Сашка с чувством исполненного долга возлежит на диване среди пистолетов, мечей и динозавров. Логично, что это не мешает Арсению пылесосить.

✓ МОРАЛЬ. При постановке задачи важно, чтобы было единое понимание, каким должен быть результат.

История седьмая

Новый детский сад. Группа только что набрана. Есть несколько кукол, несколько зайцев, несколько машинок, пара конструкторов. Есть десять детей, которые за две недели пребывания в садике научились убирать игрушки за собой. Дети быстро выучили, где «живут» зайцы, куклы, машинки и кубики. Уборка после игры проходила легко. А потом в садик закупили новые игры и игрушки: пальчиковые куклы, посуду, «больничку», мячики, еще конструкторы, пирамидки, пазлы, мозаики, животные, железную дорогу, паровозики с вагончиками, лото, домино… Я всё расставила по полочкам, по принципу каждой игрушке — свое место. А утром пришли дети и смели все на пол. Не со зла, конечно, и не из хулиганских побуждений. Просто они так играют. В возрасте двух-трех лет дети еще не отягощают игры сюжетными замыслами. Простые манипуляции с предметами: повертел в руках и бросил на пол. Чем больше игрушек на полках, тем больше потом на полу — вытащили, увлеченно играют. Но вот подошло время обеда. Сил и терпения на уборку у детей не остается. Поднять игрушки с пола они смогли, но вот классифицировать и расставить по местам — для них это непосильная задача. В одном коробе оказались и детали конструктора, и кубики, и кольца пирамидки, и посуда, и пальчиковый театр.

✓ МОРАЛЬ. Игрушек в зоне досягаемости должно быть

столько, сколько ребенок может прибрать.

P. S. После этого я оставила прежний комплект игрушек плюс пирамидки.

А новые игрушки вводила постепенно, по мере того как дети запоминали, куда что убирать. Предлагая новую игрушку, рассказывая, как с ней играть, я не забывала показать и «место ее жительства». Не обошлось и без подсказок: на полку или ящик я наклеивала изображение той игрушки, которая там «живет». Если ребенок забывал, куда поставить пирамидку, он просто искал соответствующую картинку на полке.

> Ставлю перед детьми задачу: сейчас Сашка собирает игрушки, после чего Арсений пылесосит.

История восьмая

Одну тарелку легче помыть, чем десять, — это очевидно. Если посуду мыть за собой сразу после еды, это не вызовет столько неприятных эмоций, сколько целая гора чашек и тарелок, накопившихся за день.

Одну игрушку легче убрать, чем десять. Если научить ребенка сразу после игры возвращать куклу/машинку на место, то потом не придется разгребать целую гору игрушек. Просьба «Положи куклу в кроватку» не вызывает у ребенка столько негатива и сопротивления, сколько «Прибери все игрушки».

Понимаю, это сложно: весь день отслеживать, кто что взял и куда кинул. Да и постоянный контроль напрягает: «Рома, если ты хочешь постучать на барабане, паровозик поставь на место. Зачем ты его под стол кинул?» А еще приходится без конца напоминать правило: «Прежде чем взять новую игрушку, верни на место старую». И повторять с детьми хором:

> Мы хорошие ребятки,
> У нас всё всегда в порядке.
> Мы по правилу живем:
> Поиграли — приберем!

(Почему-то правила в стихах дети лучше усваивают.)

Но при всем этом результат был заметен уже через три недели. Время на уборку сократилось в три раза. Количество нервов, потраченных за уборку, тоже сократилось, но этот параметр не измерить.

✓ МОРАЛЬ. Чисто не там, где метут, а там, где не сорят. Поддерживать текущий порядок легче, чем периодически

устраивать тотальную уборку.

История девятая

— Идите уже на прогулку, а то я помыть не успею! — Няня, когда работает на две группы, становится объяснимо нетерпеливой.

— Света, сейчас, только игрушки соберем.

— Оставьте игрушки! Я сама быстрее соберу!

— Понятно, что быстрее. Только если сейчас позволить детям бросить игрушки, завтра мы уже не сможем убедить их, что надо обязательно все прибрать.

— И сколько мне вас ждать?!

— А ты не жди, прибирай потихоньку. Но не со словами: «Что вы копаетесь! Дайте я сама быстрее все сделаю!» — а со словами: «Ребятки, молодцы, хорошо прибираетесь! Давайте я вам чуть-чуть помогу».

✓ МОРАЛЬ. Воспитание — это постоянство, а не что-то от случая к случаю.

✓ ЕЩЕ МОРАЛЬ. Если хотите результата — хвалите, это стимулирует желание стараться. А критика может убить это желание.

История десятая

Периодически в группе появлялись не только новые игрушки, но и новые дети. Они не умели убирать игрушки по правилам. А некоторые еще и не хотели этому учиться.

— Егорка, почему ты не прибираешься? Все ребята расставляют игрушки по местам, а ты продолжаешь играть.

— А я устал.

— Если устал, посиди вот здесь, на стульчике, отдохни. Как отдохнешь или скучно станет, приходи нам помогать.

Сидеть на стульчике скучновато. Но помогать не хочется. Ребята убрали игрушки, попили сок и вышли на прогулку. На улице тоже есть игрушки: машинки, совочки, лопатки, мячики.

— Егорка, ты зачем берешь лопатку? А вдруг устанешь?

— Егорка, не трогай машинку. Сиди, отдыхай.

— Егорка, что же ты мячик берешь? Его же тоже потом на место положить надо, а ты устаешь…

Егорка не выдерживает:

— Да я не устану!

— И приберешь потом?

— Да!

— Хорошо. Бери что хочешь, но обязательно возвращай на

место.

✓ **МОРАЛЬ. Кто не убирает за собой, тот и не играет!**

P. S. Дома я реализовывала это правило следующим образом: если игрушки после игры оставались на полу (вот ведь упрямство!), я убирала их в коробку на антресоли и доставала только через неделю.

P. P. S. Участница моего тренинга для родителей рассказала историю о применении этого же правила — «Кто не убирает за собой, тот и не играет!» — в привычном для ребенка формате игры:

— Игрушки надо убирать. Приучала, приучала я сына к этому, два года мы игрушки вместе убирали, и вот однажды сын запротивился: «Не буду и все, пусть так лежат». Ну ладно, пусть лежат, пошли спать. А утром просыпаемся — игрушки у входной двери выстроились, на выход готовятся! Дима им: куда это, мол, собрались? «Искать новых хозяев и домики новые, а то холодно же на полу». Посмотрели, машинка гоночная проскочила, кегли и пара книжек успели убежать, когда папа выходил. Пошли мы их с Димкой искать. Оказывается, консьержка успела поймать беглецов! Консьержке в благодарность за бдительность дали конфету. А игрушки теперь всегда спят на своих местах.

Когда помощь во вред

Однажды ко мне за консультацией обратилась мама Вани (ему два с половиной). Жаловалась она на истерики, причина которых — желание ребенка все делать самостоятельно.

— Кричит: Я САМ! — а когда берется и у него не получается, хоть из дому беги, чтобы его воплей не слышать.

Мама приводит примеры, а Ваня в это время рисует. Тянется за синим карандашом — мама машинально берет карандаш и подает ему. Потом мальчик роняет карандаш, и тот катится под стол. Ваня слезает с кресла, чтобы достать упавшее, но мама опять опережает. Не прерывая разговора со мной, сама поднимает карандаш и подает Ване.

Спрашиваю маму:

— Ваня мог сам дотянуться до карандаша?

— Мог.

— Мог сам поднять карандаш с пола?

— Мог.

— Так почему вы не дали ему сделать это?

— Я же хотела помочь…

— Зачем? Он же мог сам. И он не просил о помощи.

Вот так мама, стремясь помочь ребенку, ограничивала его активность и самостоятельность. Ваня отстаивал свое право на самостоятельные действия истериками. Мама (неосознанно) уступала, позволяла проявить самостоятельность в том, что Ване было еще не под силу: например, завязать шнурки. Представьте чувства ребенка: ему наконец-то разрешили что-то сделать самому, а у него не получилось…

Помогайте ребенку только тогда, когда он не сможет сделать что-то сам. Дайте ему возможность пробовать свои силы, оценить свои возможности — это ключевой фактор развития ребенка.

Если вы видите, что у ребенка не получается, не говорите ему: «Давай я сделаю», и уж тем более: «Давай я *быстрее* сделаю», «Давай, *лучше* я сделаю» — это удар по детскому самолюбию, прямое послание: «У тебя не получилось», «Я лучше». Ребенок нуждается в вашей поддержке, в ободрении, а не в демонстрации вашего превосходства. Но и просто так хвалить, без отсутствия результата, тоже не нужно. Ребенок ведь понимает, что у него плохо получилось и что его хвалят не по-настоящему. Учтите, он может сделать вывод, что априори он всегда молодец, а тогда зачем стараться. Ваша задача — научить ребенка замечать свои достижения и, так сказать, наметить перспективы. Пусть у него не получилось завязать шнурки, но сегодня он попал кончиком шнурка в нужное отверстие. Это определенно успех, и малыш

заслужил похвалу: «Молодец, у тебя уже получается вдевать шнурок. Давай я помогу завязать. Ты скоро сам научишься завязывать».

Со старшими детьми это правило тоже работает. Если ребенок не просит о помощи — не лезьте. Если попросил — помогите. Только сделайте это вместе с ним, а не вместо него. И не забудьте похвалить за то, что у него действительно хорошо получилось. Или объективно не на высший балл, но субъективно лучше, чем вчера, — тоже похвалите. Важно, чтобы ребенок замечал динамику изменений — это мотивирует, потому что завтра будет еще лучше.

Баланс «можно» и «нельзя»

— Меня беспокоит, что дочь в играх с другими детьми какая-то безынициативная, всегда подчиняется другим. Ею все командуют, ей достаются самые малопривлекательные роли. То она собачка, то лошадка и на ней верхом все катаются. Никогда свои права не отстаивает. Вот что с ней сделать?

На детской площадке мамы, которые знают, что я психолог, часто обращаются ко мне с вопросами. Это нормально. Я тоже, если вдруг узнаю, что мама ребенка — врач, обязательно что-нибудь спрашиваю. Например, делает ли она своему малышу прививки…

> Помогайте ребенку только тогда, когда он не сможет сделать что-то сам.

Безынициативная девочка Катя пяти лет в это время играет в песочнице. Песок сухой, а из сухого песка куличики не лепятся. Катя принимает самостоятельное решение наполнить валяющуюся рядом пластиковую бутылку водой из лужи под качелями.

— Куда! Положи на место! — останавливает ее мама.

— Ну, мааа-мааа, я хочу песок намочить! — По-моему, это как раз и есть попытка Кати проявить инициативу.

— Положи на место! — в голосе мамы нарастающая мощь.

— Я хочу намочить! — всегда подчиняющаяся Катя даже топает ножкой.

— Я кому сказала! Нельзя! — Мама не собирается сдавать позиции.

> Когда в очередной раз жесткое «нельзя» готово соскочить с языка, остановитесь, подумайте, ответьте себе на вопрос: «Почему нельзя?»

Катя бросает бутылку, возвращается в песочницу, но не играет. Надулась и сидит, разглядывая носки сандалий.

— Света, а почему нельзя? — осторожно спрашиваю у мамы.

— Испачкается!

— Разве это страшно? Ты руками стираешь или у тебя машинка-автомат?

— Автомат, конечно.

— Так пусть испачкается. Зато игра будет интересной.

— Я уже сказала, что нельзя. А я своих слов не меняю. Даже если я не права, все равно будет по-моему! — Мама Света воинственно загудела: — Я такая! Я всегда на своем настаиваю!

— То есть в споре с Катей всегда побеждаешь ты?

— Конечно! Я же мама!

— То есть у Кати нет личного опыта победы в споре?

— Ну да.

— Значит, Катя привыкла безоговорочно подчиняться. Привыкла, что ею командуют. И в играх с детьми она выполняет привычную для себя роль послушной девочки. То есть Катя начинает привыкать, что все равно не будет так, как она хочет.

Пауза в разговоре — хороший признак. Значит, мама задумалась…

— И что? Мне теперь все ей разрешать?

— Зачем же впадать в другую крайность? Просто периодически позволяй ей настаивать на своем. Категорически

запрещать стоит только то, что несет угрозу жизни и здоровью ребенка. А все остальное подлежит обсуждению.

Когда в очередной раз жесткое «нельзя» готово соскочить с языка, остановитесь, подумайте, ответьте себе на вопрос: «Почему нельзя?» Чьими интересами это «нельзя» продиктовано? Потому что вам стирать/убирать/отмывать придется? Не ограничивает ли такое «нельзя» развитие ребенка?

Ради развития самостоятельности порой приходится жертвовать привычным порядком, но, как показывают последствия, жертва того стоит. Беспорядок — это временно, а приобретенные детьми навыки постоянны.

Вот как описывает свой опыт Наталья, мама троих детей в возрасте от года до пяти лет:

> «Я ко многому приходила постепенно и долго, иногда это было сравнимо для меня с шагом в пропасть, потому что я очень люблю чистоту и порядок. Однако, когда я перестала одергивать детей и делать за них все-все, они постепенно стали более аккуратными и более самостоятельными. Однажды, когда я сильно заболела и с утра не смогла встать с постели, дети сами нашли себе еду, притащили все ко мне в комнату, сели на мою кровать и позавтракали, а потом сами отнесли на кухню

посуду. А я лежала и радовалась, что они такие молодцы. Крошки с постели легко сметаются и пылесосятся. Главное, что дети молодцы».

«Я не могу»

— А как быть в ситуации, когда дочь начала что-то делать сама, но у нее не получилось? Даже не попробовав повторить, она говорит: «Я не могу, сделай ты». Иногда она так говорит, даже не пытаясь сделать что-то.

«Я не могу» — отговорка, которая используется в любом возрасте. Есть и «противоядие»: «Сделай так, как сможешь. Потом вместе подправим». Или: «А ты уже пробовал? И что именно не получилось?» Мой папа в таких случаях говорил: «Если долго мучиться, что-нибудь получится».

— Я не могу надеть носок!

— Ты даже не попытался. Попробуй, я посмотрю, почему не получается.

— Я не могу!

— Но ты же можешь взять носок в руки? А попасть ногой в носок можешь? Вот видишь, все получается.

* * *

— Я не могу нарисовать «Новый год в лесу»! Дурацкое задание! Кто его только придумал!

— А если бы мог? Если бы у тебя была волшебная палочка, ты взмахнул ей и на столе появился рисунок на заданную тему. Что бы на нем было?

— Елка ночью, вся в огнях. А вокруг зайцы и белки водят хоровод, как в мультике.

— Ты можешь нарисовать елку?

— Могу.

— Ты можешь нарисовать на ней разноцветные огни?

— Могу.

— А как бы ты показал в рисунке, что это именно ночь?

— Небо надо закрасить черным.

— Отлично. Начни с елки, огоньков, неба. А если захочешь — добавишь белок и зайцев. Если нет — сделаем вид, что они еще не пришли.

* * *

Я не могу вырезать снежинки. Давай ты.

— А можешь сложить лист пополам?

— Могу.

— А еще пополам?

— Могу.

— А теперь отрежь здесь уголок и здесь. Разверни. У тебя получилась первая снежинка!

— Она некрасивая!

— Она первая! Каждая следующая будет все лучше и лучше. Представляешь, какой красивой будет пятнадцатая снежинка?

* * *

— Я не могу решить задачу!

— А ты пробовал?

— Нет, я не понял условие.

— Что именно ты не понял?

— Все не понял.

— Из пункта «А» в пункт «В» выехал велосипедист… Что в первом предложении тебе непонятно?

— Тут все понятно.

— А что тогда непонятно? Зарисуй схематично условие, как ты его понял, а я объясню по твоей схеме.

Ребенок вздыхает и идет выполнять. В большинстве случаев оказывается, что все понятно и задача легко решается.

* * *

— Ты почему сразу же школьную форму не убрал в шкаф? Теперь жилетка измялась, придется тебе ее гладить.

— Я не могу!

— Гладильную доску поставить можешь?

— Могу.

— Утюг включить можешь?

— Могу.

— Жилетку разместить на гладильной доске можешь?

— Могу.

— Поводить утюгом по жилетке сможешь?

— Да.

— Значит, ты все можешь. Делай. Если что — я рядом.

«Я не могу» — это повод разбить сложную задачу на более простые.

Как создать для ребенка «могу»

У меня такое не часто, но бывает: только расплатилась на кассе за товар, как вспоминаю, что забыла взять что-то важное. В этот раз я забыла купить мыло. Можно было бы сдать сумку с продуктами в камеру хранения и вернуться за мылом. А можно «полениться». Тем более что по магазину в столь ранний час выходного дня ходят всего два покупателя и все ряды хорошо просматриваются. И я обращаюсь к четырехлетнему сыну:

— Сашка, сходи, пожалуйста, за мылом.

Сашка с азартом берется за задание, которое до сих пор не выполнял. И сам разбивает задачу на подзадачи:

— Это туда пойти и взять мыло?

— Да, а обратно вернуться через кассу, вот тебе деньги.

Сашка, зажав купюру в кулачке, бодро отправляется за мылом, но, пройдя два ряда, возвращается обратно и мимо кассы. Слегка растерян:

— А там мыла нет.

— Сань, ты еще не дошел до ряда с мылом. Смотри, вот первый ряд, вот второй, а вот третий, где стоят кремы, зубные пасты и мыло.

— А! Понял!

Второй заход. Сашка нерешительно крутится в нужном ряду, поглядывая на меня, а потом опять возвращается без мыла и мимо кассы.

Ребенок как-то совсем сник. Подходит ко мне и тихо говорит:

— Я не знаю, что там брать.

Если сейчас за мылом пойду я, это будет означать, что ребенок не справился с задачей. Не хочу погружать ребенка в ситуацию неуспеха. Нужен победный финал, тем более что я вижу потенциал для этого.

— Сань, ты же помнишь, каким мылом мы пользуемся? Как оно выглядит?

Сашка согласно кивает и жестикулирует руками, изображая, как выглядит мыло:

— Бутылочка с таким краником.

Ну да, мы пользуемся жидким мылом.

— Умница! Возьми то, что будет похоже на наше мыло.

> «Я не могу» — это повод разбить сложную задачу на более простые.

Третий заход. Все нормально, успокаиваю я себя, он справится. Он уже большой, ему скоро пять лет. Я в его возрасте

бегала за хлебом в булочную во дворе.

А Сашка опять возвращается:

— Мама, надо взять большое или маленькое?

Покупка мыла внепланово затянулась. Спокойствие, только спокойствие.

— Возьми любое, какое тебе понравится.

Ободряюще улыбаясь, в четвертый раз отправляю сына в магазин. Сашка внимательно изучает ассортимент, несколько раз прохаживаясь вдоль полок, потом берет мыло и показывает мне. Я кивком выражаю согласие. Сашка направляется к кассе. Потом он роняет сдачу, а поднимая сдачу, роняет мыло, поднимает и его и, неловко прижав флакон предплечьем к груди, концентрируется на сдаче, которую крепко держит в обоих кулачках. Со всем этим богатством светящийся от гордости сын возвращается ко мне. В его сознании уже зародилось новое восприятие себя через очередное «могу».

— Молодец! Спасибо тебе, что купил мыло!

— А давай я еще что-нибудь куплю!

— В следующий раз. Сейчас уже куплено все, что нужно, и пора домой.

> Одно дело — подбодрить, помочь, и совсем другое — давить, переламывать.

Сашка получил новый опыт. Опыт самостоятельной покупки в магазине. Это не значит, что теперь он будет часто делать покупки сам. Просто у него стало больше уверенности в своих силах: «И это я тоже могу!»

От меня в данном случае потребовались спокойная уверенность, терпение, одобрение. В нужный момент было важно подбодрить ребенка. Но если бы он отказался, если бы выразил сильное нежелание идти за мылом — я бы не стала настаивать. Страх, явное смятение были бы сигналом того, что данное действие для ребенка пока еще за пределами зоны ближайшего развития. Одно дело — подбодрить, помочь, и тогда новый опыт приобретается через положительные эмоции. И совсем другое — давить, настаивать, переламывать — новый опыт тоже приобретается, но через негативные эмоции. А то, что познается через негативные эмоции, повторять, скорее всего, не захочется. Родителям важно уметь чувствовать эту грань: когда можно подбодрить, а когда лучше отступить и попробовать позже.

Часть 3
Самостоятельность как черта характера

Как научить ребенка слышать с первого раза

Вопрос непростой. Даже взрослые люди, бывает, не слышат с первого раза. Ведь и про мужей, и про сотрудников часто можно

услышать: «Я говорю, говорю, а как об стенку горох. Вот как еще человеку сказать?»

Сотрудник, который слышит с первого раза, не нуждается в дополнительном контроле. Про таких говорят: «Хорошо развит самоконтроль. Ответственно подходит к поручениям». Такие люди вызывают уважение коллег. С ними легко работать.

Все взрослые — и те, что слышат с первого раза, и те, что не слышат и с десятого, — вырастают из детей. Если с детства ребенок приучен слышать с первого раза, то велика вероятность того, что этот навык сохранится на всю жизнь.

Алгоритм приучения следующий.

1. Прежде всего убедитесь, что вас внимательно слушают

Бывает, что ребенок поглощен игрой или творчеством и действительно не слышит. Кстати, когда я пишу что-нибудь или разрабатываю программу тренинга, я настолько сконцентрирована на процессе, что совершенно выключаюсь из окружающей действительности. Чтобы в этот момент я что-то услышала, нужно либо очень-очень громко позвать, либо прикоснуться. Второй вариант приятней, не люблю громких звуков. Поэтому сама в аналогичной ситуации тоже подхожу, кладу руку на плечо, привлекая к себе внимание, и могу даже немного к себе развернуть. Только убедившись, что я переключила внимание нужного мне человека, начинаю говорить.

Вы когда-нибудь разговаривали с маленьким ребенком, который хочет сказать вам нечто важное? Который аж захлебывается словами, чтобы рассказать вам все, что рвется наружу? Чтобы удержать внимание, ребенок в таком случае обычно даже фиксирует голову взрослого двумя руками. Да-да, крепко обхватывает ладошками, чтобы взрослый не смог отвернуться. Отвернется — и не услышит важную важность. Я помню забавный случай, когда папа сказал двухлетнему Арсению: «Я тебя внимательно слушаю. Только, пожалуйста, отпусти мои уши».

Конечно, держать ребенка за уши, если вы обращаетесь к нему, — совершенно лишнее. Но можно держать его за плечи. В принципе достаточно установить зрительный контакт. Если меня увидели, то вероятность, что меня услышат, существенно возрастает. Когда вы что-то говорите глаза в глаза, это трудно пропустить мимо ушей. Я много раз наблюдала, как дети из младшей группы детского сада, когда что-то хотят сказать приятелю по играм, руками разворачивают его к себе. Они искренне хотят быть услышанными.

Еще очень важно обращаться по имени. Или даже просто обращаться. Сказанное без обращения — это чаще всего обращение в никуда, и эффект от этого никакой. По опыту педагогической деятельности могу сказать, что безликое «Прибираем игрушки» пролетает мимо гораздо чаще, чем «Ребятки, глазки свои на меня поднимите! Подошло время обеда. Начинаем прибирать игрушки».

2. Убедитесь, что ребенок вас действительно услышал

Слушал и услышал — это не одно и то же. Визуально человек вроде бы и слушал, и в глаза смотрел, и, может быть, даже кивал или «угукал», а сам мыслями был где-то очень далеко. На всякий случай лучше переспросить: «Ты меня услышал? О чем я сейчас попросила? Катя, что мы сейчас будем делать?» Если ответ совпал с тем, что вы до этого говорили, — поздравляю, вас услышали.

Это только первое время кажется, что слишком много всяких «реверансов». Потом это входит в привычку и всеми нормально воспринимается.

— Арсений, заканчивай игру, через пять минут ужин.

— Угу.

— Что значит «угу»?

— Я понял, через пять минут ужин, я заканчиваю игру.

Как говорится, слушайте и не говорите, что не слышали.

3. Договоритесь о последствиях

«Я говорю, говорю, а как об стенку горох…» Конечно. Если «говорю, говорю», то можно и дальше говорить, говорить, говорить. Зачем слышать с первого раза, если будет и третий, и пятый? Чтобы научить слышать с первого раза, нужно говорить один раз. И предупреждать о последствиях: «Я не буду накрывать на стол дважды. Тот, кто вовремя не придет к столу, останется голодным».

Тот, кто не услышал, что надо убрать игрушки, вечером будет сидеть без игрушек. В детском саду общее правило: «Кто не убирает за собой, тот и не играет».

Тот, кто не услышал: «Несите мне грязные вещи, я запускаю стирку», будет сам руками стирать свои брюки. Не потому, что мама вредная. А потому, что брюки нужны уже завтра, а стиральную машину поздно вечером лучше не включать — во время отжима ее тарахтение нарушает сон соседей по панельной многоэтажке.

Тот, кто не услышал: «Надо быстро одеться. Если через десять минут не выйдем, опоздаем в кино», действительно опоздает в кино. Или вообще не пойдет.

Конечно, чтобы это сработало, надо, чтобы оговоренные условия всегда исполнялись и последствия наступали.

Кстати, в отношении взрослых этот алгоритм тоже работает. «Контрольные работы, не сданные до указанного срока, проверять не буду. Опоздавшим со сдачей в журнале автоматически рисую „двойку“». Сурово. О последствиях студенты слышали с первого раза, и со сроками сдачи вопросов не было.

ВНИМАНИЕ! Очень важные дополнения по применению алгоритма. Обязательны к прочтению.

✓ Учить детей личным примером. То есть надо обязательно слышать своего ребенка с первого раза.

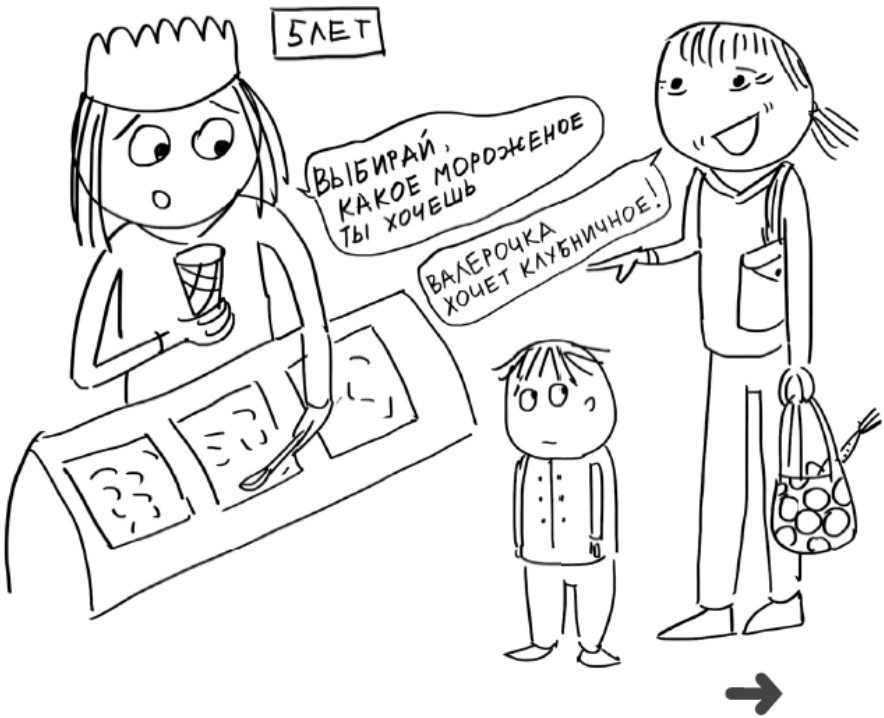
✓ Требования, предъявляемые ребенку, должны быть сопоставимы с его возрастом. Например, неразумно требовать: «Чтобы через десять минут все было убрано», если ребенок еще не умеет определять время и понятия не имеет, что такое десять минут.

✓ Не применять третий пункт без первых двух. Это негуманно.

✓ Последствия должны быть именно последствиями, а не шантажом. То есть тем, что естественным образом наступит после. Тем, для чего есть объективные причины. «Если ты не придешь за стол, то останешься голодным» — это естественные последствия. А вот «Если ты не придешь за стол, я вылью тебе суп на голову» — шантаж.

Самостоятельный выбор

На консультации мальчик-подросток. Ему предстоит выбрать профильный класс. Можно физико-математический, а можно химико-биологический. Способный мальчик. Настолько, что добился успехов и в физике, и в химии. Победил в районной олимпиаде по математике. Казалось бы, выбор очевиден: математика. Но в районной олимпиаде по биологии он тоже победил. Сложность выбора переживает так сильно, что пропали и сон, и аппетит.



Обо всем этом мне рассказала по телефону мама мальчика.

— Вы поможете нам с выбором?

— Почему вам? Вам обоим? Кому нужно помочь с выбором: маме или ребенку?

— Ребенку.

— Это его решение: обратиться за помощью к психологу?

— Нет, это я так решила. Но он придет.

— Лучше предложите ему выбор. Пусть он сам решит, хочет он прийти ко мне или нет.

Тишина в телефоне. Пауза существенно затянулась. Через некоторое время мама возвращается к разговору.

— Он не знает. Давайте мы все-таки к вам придем. Сами не справимся.

— Хорошо. Давайте выберем время. Когда вам удобно?

— После трех, когда уроки закончатся.

— Есть завтра в четыре часа свободное время. Или в пятницу в пять. Только пусть время выберет сын, какое ему больше подойдет.

Снова длительная пауза. Время он тоже выбрать не может. В итоге решение принимает мама:

— Мы придем завтра в четыре.

Тут дело не в выборе профильного класса: налицо проблема выбора как таковая. Раньше это не казалось проблемой, так как выбор всегда делала мама. Но теперь она воспринимает выбор как судьбоносный. От того, в какой класс пойдет ее сын, зависит выбор его будущей профессии, его дальнейшая жизнь. Мама не решается брать на себя ответственность и впервые предоставила право выбора ребенку. А он не смог. Просто не оказалось нужного

файла. В его предыдущей жизни не было места выбору. Он не умеет выбирать.

Кто-то подумал, что этот случай за рамками реальности? Могу привести еще один пример.

Девочка Надя, восемь лет. Она приехала с мамой на курорт. С ними приехала подруга мамы. А у подруги тоже дочка, и тоже восьми лет — Соня. Мамы — подружки. Девочки — ровесницы. Отдых обещал быть беззаботным и веселым. Но вместо этого — ежедневные конфликты юных прелестниц.

Позвольте ребенку выбирать там, где это возможно.

На курорте много соблазнов. Вдоль побережья — нескончаемая череда торговых палаток. Нужно купить панамку от солнца. «Выбирай», — говорит мама Соне. Мама Нади уже выбрала панамку, но услышала, что Соня будет выбирать сама, тоже сказала Наде: «Выбирай».

Надя зависла. Надя растерялась. Надя не знала, на что опереться, когда так много разных фасонов и разных расцветок. А Соня уже звонким голосом объявила: «Вон ту, розовую, с бабочкой!» Надя облегченно выдохнула: «Мне тоже розовую с бабочкой». К счастью или наоборот, у продавца были две одинаковые панамки. Соня недовольно стала ворчать по поводу одинаковости, но мама ей объяснила, что Надя хочет такую же и имеет право на выбор.

Потом компания направилась к киоску с мороженым. Три шарика мороженого по цене двух. «Выбирай», — сказала мама Соне. И Соня попросила наполнить вафельный рожок арбузным, фисташковым и шоколадным лакомством. «Выбирай», — сказала мама Наде, ощущая себя на каком-то новом уровне взаимоотношений с дочкой. Раньше она повелевала: «Ты будешь это и вот это», а сейчас повелевает: «Выбирай!» Надя выбирает арбузное, фисташковое и шоколадное…

Когда в третий раз Надя «выбирает» то же, что и Соня, Соня близка к истерике: «Не смей выбирать, как у меня!» Соня переживает это как потерю своей идентичности. Соня умна. При очередной покупке она встает в позу: «Я не буду выбирать, пока не выберет Надя. Пусть она первая выберет!» Надя теряется. Надя не умеет выбирать. До сих пор за нее все выбирала мама. Тогда и Надя встает в позу: «Я не буду первая выбирать!»

Позвольте ребенку выбирать там, где это возможно. Пусть с необходимостью самостоятельного выбора он столкнется раньше, чем это будет выбор профессии или выбор спутника жизни. Будьте при этом честны.

Но, предлагая выбор, нужно быть готовым принять этот

выбор.

— Ты сейчас поешь или после прогулки?

— После!

— Нет, ты так очень быстро проголодаешься и придется рано домой возвращаться. Лучше поесть сейчас.

— После!

— Ты начнешь на обратном пути ныть, чтобы я тебе что-нибудь купила. Лучше сейчас что-нибудь поешь. Что ты хочешь?

«Что ты хочешь?» — это тоже предоставление выбора.

— Я буду, как у тебя, бутерброд!

— Нет, детям колбасу нельзя. Я могу сделать тебе с сыром. И давай кашу.

— Я хочу, как у папы!

— Папа вчерашний суп доедает. Вчерашний суп я тебе не дам. Вот кашка вкусная, свежесваренная.

✓ В этом примере мама только делает вид, что предоставляет выбор, на самом деле выбирает она.

* * *

В магазине.

— Какая рубашка тебе нравится?

— Вот эта!

— Нет, эта плохого качества. Тут ткань ненатуральная. Выбери какую-нибудь из этих.

— Вот эту!

— С таким цветом она ни к одним брюкам не подойдет. Вот, смотри, какая красивая рубашка. Она и к джинсам подойдет, и к синим брючкам.

✓ Опять выбор без выбора. Мама не готова принять выбор ребенка. Было бы честнее в этой ситуации не предлагать сделать выбор, а просто выбрать самой. Либо озвучить критерии и быть готовой принять сделанный в этих рамках выбор.

* * *

— Выбери, чем ты будешь в этом году заниматься. Кружок, секцию.

Девочка с азартом начинает выискивать в Интернете информацию о различных творческих и спортивных коллективах.

— Я выбрала! — демонстрирует на ноутбуке открытую

вкладку с расписанием.

— Ой, нет, это очень далеко! Сама ты не доберешься, а мне тебя возить некогда.

— Тогда вот это.

— Нет, это очень дорого.

— А сюда можно?

— Нет, я принципиально против карате. Что-то женственное нужно. Ты же девочка!

— Тогда танцы, — угасшим голосом, теряя надежду, девочка открывает последнюю вкладку.

— Это слишком поздно заканчивается. Вот, посмотри, что я нашла: рядом с домом, бесплатно и очень полезно для мозга — шахматная школа. Еще и усидчивость тренируется. Тебе полезно. Я уже договорилась с руководителем.

✓ А какое многообещающее было начало: «Выбери, чем будешь заниматься»… И здесь было бы честнее сразу обозначить критерии выбора: в таком-то районе, не дороже такой суммы в месяц, не позднее такого-то часа. И выбор, отвечающий этим условиям, принять.

Если ребенок ничем не хочет заниматься

Когда выбор секции — дело исключительно родителей, велика вероятность детского сопротивления. Явного: «Не хочу! Не буду!» Или скрытого, психосоматического, когда в день тренировки то голова болит, то живот, то левая пятка.

Но стоит различать варианты «хочу заниматься чем-то другим» и «ничем не хочу заниматься». В первом в основе лежит сформированный интерес, желание. Во втором — отсутствие интересов, нежелание. Если ребенок совсем ничем не хочет заниматься, тогда занимать его придется родителям. Говорю это без негативного оттенка, имея в виду, что родители должны увлечь своего малыша, брать его с собой на разного рода мероприятия (если они подходят ему по возрасту), заражать его своим интересом. Ищите то, чем захочется заниматься вместе. Если родители чем-то увлечены в своей жизни, то и ребенок вполне может разделить это увлечение.

Также следует отличать «хочу ходить в эту секцию» от шаткого «то хочу ходить, то не хочу». Пусть это дополнительные занятия, но они не могут зависеть от настроения. Если выбор сделан (и тем более, если выбор сделан самим ребенком), то к занятиям следует подходить ответственно. Не опаздывать, не прогуливать, даже если идти не очень хочется. В этой ситуации родителям уместно напоминать ребенку о предстоящих занятиях, взывать к ответственности, даже настаивать на том, чтобы он собрался и пошел. Ведь чем чреваты пропуски? Несколько раз пропустил занятия — и уже отстал от остальных детей в группе. Тут же выяснится, что что-то ребенок не умеет, что-то не знает, что-то выполняет хуже остальных. Быть отстающим — неприятно, наверстывать — трудно. И возникает соблазн вообще перестать ходить.

Как же реагировать, если ребенок категорично заявляет, что он больше не пойдет на занятия, что хочет бросить секцию, кружок или музыкальную/художественную школу, даже если изначально это был его выбор? Прежде всего нужно разобраться в причинах. Особенно если смена кружков (смена интересов)

происходит часто. Может быть, ребенку просто хочется все попробовать? Научился плавать, и хватит, буду двигаться дальше. Теперь в городе столько катков — вот бы мне научиться кататься на коньках. Наступила весна, лед растаял — самое время заняться верховой ездой… Ничего страшного в таких «шатаниях» нет. Пусть ребенок пробует, пусть перебирает. Путь развития в этом случае не вертикальный (всё лучше и лучше, какой-то определенный навык постоянно совершенствуется, оттачивается), а горизонтальный (всё шире и шире, накапливаются различные навыки). Горизонтальный путь развития не хуже и не лучше вертикального, он просто другой и зависит от характера. Есть люди, которым хочется с головой погрузиться в определенную область знаний — получается узкий специалист. И есть люди, которым нужна не глубина, а многоохватность знаний — про таких обычно говорят, что у них широкий кругозор.

> Как же реагировать, если ребенок категорично заявляет, что он хочет бросить секцию, кружок или музыкальную школу?

Но за формулировкой «не хочу» может скрываться не только возникновение спонтанного интереса к другой деятельности. Причиной отказа посещать занятия может быть ситуация неуспеха, психологического дискомфорта. Кое-кто таким образом пытается избежать трудностей. Поначалу все нравится, а как только возрастают нагрузка и требования — ленивый ребенок предпочтет уйти… Для других детей важно всегда быть первыми, а если вдруг появится сильный соперник, которого хвалят больше, то также велик посыл сдаться и уйти. Не последнюю роль играют и сложности во взаимоотношениях со сверстниками. А кому-то просто не нравится тренер или преподаватель. Такого рода проблемы — психологического характера, и переходом в другой кружок их не решить, так как и там ситуация может повториться. Значит, стоит вместе с ребенком поискать выход из сложившейся ситуации, подумать, что изменить в себе, и если уж совсем невмоготу — из кружка или секции можно уйти. Как вариант, предложите ребенку походить еще месяц, а за месяц все-таки попробовать справиться с проблемами, преодолеть трудности. Может случиться и так, что уходить уже не захочется… В любом случае хорошо, если решение уйти будет не импульсивным, а взвешенным, хорошо продуманным.

Бывают и такие дети, которые просто никуда не хотят ходить. «Интроверты интровертные» — говорят про них. Но вот такие интроверты, то есть личности закрытые, могут увлеченно заниматься чем-то, не выходя из дому: рисуют, вяжут, выжигают,

паяют, программируют, эксперименты ставят. Это не про «ничем не хочу заниматься». Это — «хочу всем заниматься дома». Хочет? Пусть занимается!

Самоопределение

Толпа первоклассников во главе с учителем и в окружении родителей.

— А сейчас загадываем свое самое заветное желание и на счет «три» отпускаем шарики в небо!

— Мама, у меня есть желание оставить шарик себе, других желаний нет, — Александр готов отделиться от тусовки.

— Да, — говорю, — так тоже можно. Это ведь твое желание.

— Раз! Два! Три! — командует учитель. — Кто еще шарик не отпустил? Отпускаем! Отпускаем!

— Спасибо, — говорит Сашка, держа шарик. — У меня уже все сбылось. — И направляется с шариком в сторону дома.

Слово «самоопределение» в своей основе содержит: я сам себя определяю. Я определяю границы своей личности. Через ответы на вопросы:

✓ что я хочу, что я не хочу;
✓ что мне нужно, что мне не нужно;
✓ что мне нравится, что мне не нравится;
✓ что я могу; что я не могу;
✓ что принадлежит мне; что не принадлежит мне.

Самостоятельный человек имеет четкие границы личности. Без включений, без поглощений. Он умеет удерживать свои границы от посягательств. Умеет удерживать себя от посягательств на чужие личностные границы.

Одно из наиболее важных родительских посланий своему ребенку:

1. Ты имеешь право на свои желания, свое мнение и свою территорию.

2. Другие люди имеют право на свои желания, свое мнение и свою территорию.

Именно так: послание имеет две равнозначимые части.

РАВНОЗНАЧИМЫЕ.
ДВЕ.

Если ребенок усвоит только первую часть послания или только вторую, вырастет несчастный человек.

Если он усвоит только первую часть — будут частые конфликты с окружающими. Если только вторую — будут внутриличностные конфликты, постоянная фрустрация.

* * *

Это мой шарик. Я хочу оставить его себе и поэтому не отпускаю — я удерживаю себя в своих границах, я верен себе.

Я не хочу отпускать шарик, но отпускаю, потому что так делают все, но это меня огорчает — я иду против своих желаний, нарушаю свои границы личности.

Я не позволяю другому отпускать его шарик — я нарушаю границы его личности.

Другой человек не отпускает свой шарик в небо, как это сделал я. Я обижаюсь на другого — я размываю границу личности между мной и другим человеком.

Сам выбирает друзей…

Курсы подготовки к школе. Почти настоящие уроки в настоящем классе и настоящие перемены. Дети шумными стайками вылетают из классов в коридор. Отличие от настоящих школьников в том, что многих детей в коридоре поджидают родители. Они же имеют возможность наблюдать, как дети между собой общаются на перемене.

К концу первого месяца занятий дети уже перезнакомились, а некоторые даже сдружились. Общаются небольшими компаниями, делятся новостями и впечатлениями. Одна девочка подошла к другой и стала показывать свою новую игрушку, а ее подружка в это время что-то оживленно рассказывала мальчику, игрушка ей была неинтересна. Она оттолкнула протянутую игрушку и сказала: «Отстань». Эту сцену наблюдала мама «обиженной» девочки. Она подозвала дочь к себе и вынесла жесткий вердикт: «Что сказала тебе эта девочка? Отстань? Значит, так, чтоб больше я тебя около нее не видела! Раз она тебя не уважает, не дружи с ней! Ты меня поняла?!»

МА-А-Ш?! НИКАКОЙ РОБИН МЕНЯ НЕ ПОСЫЛАЛ
МАМА! НУ ЧТО ТЫ ТАКОЕ ГОВОРИШЬ? МОЙ КОЛЕНЬКА ВОВСЕ НЕ БАНДИТ... ПО ХАРАКТЕРУ И ВНЕШНИМ ПРОЯВЛЕНИЯМ ЕГО ОБРАЗ СКОРЕЕ ОТСЫЛАЕТ НАС К РОМАНТИЧЕСКОМУ РОБИН ГУДУ...

Не дружи с ней! А потом еще и с той не дружи, и с этими не дружи, и в итоге «все плохие, дружить не с кем». А потом, спустя годы, может быть так: «Мама, ты мне запрещала со всеми дружить, и сейчас я такая одинокая!» Я, конечно, сильно сгущаю краски, но запрещать общение — не лучший выход.

А какой выход лучше? Почему бы не обсудить, какие чувства возникли у дочки, какие у мамы, которая все видела, а какие, предположительно, у той девочки, чей разговор был прерван демонстрацией игрушки. С мамой понятно — она интерпретирует

сцену как «моего ребенка не уважают», и ей обидно. С девочкой (с той, что хотела показать игрушку) гораздо сложнее, и маме здесь есть над чем подумать. Что, собственно, хотела ее дочь? Привлечь внимание этой девочки? Привлечь внимание именно этой девочки (чувствуете разницу)? Просто продемонстрировать новую игрушку и не важно кому? Почему она решила вклиниться в разговор именно этих детей? Можно ли было действовать более деликатно, чтобы не провоцировать агрессию? Это первый подобный случай или такое случается регулярно? Если инцидент уже произошел, как можно было отреагировать? Крикнуть: «Сама отстань»? Сказать: «Извини, что помешала, но не разговаривай со мной так грубо»? Или просто уйти, пожав плечиками, к другим девочкам? Все это можно обсудить и сделать выводы. Так или иначе, пусть девочка сама решает, с кем ей дружить и как себя вести.

* * *

У мальчика Семена в садике был друг, назовем его Лешей, да, собственно, именно так его и звали. И кота своего Семен назвал Лешей, в честь лучшего друга. Но его лучший друг был весьма непостоянен. Мог внезапно сказать: «Я с тобой больше не играю». И ведь действительно не играл какое-то время. А на следующий день опять играет, как ни в чем не бывало.

Несколько раз мама Семена жаловалась мне на этого Лешу:

— Представляешь, прихожу за Семеном в садик и обнаруживаю его в одиночестве на веранде, потому что Леша с ним опять не играет. Похоже, у этого Леши развлечение такое. Скажет: «Я с тобой не играю» — и наблюдает, как на его слова реагирует мой сын. Знаешь, мне очень хочется запретить Семену играть с Лешей! Ну сколько можно!

> Не дружи с ней! А потом еще и с той не дружи, и с этими не дружи, и в итоге «все плохие, дружить не с кем».

— Ты — мама, — говорю я, — и ты можешь запретить. У тебя родительский авторитет. Но проблема в том, что, несмотря на Лешины выходки, играть с ним Семену хочется. Значит, возможны два варианта. Либо твой сын станет тебе врать, что больше с Лешей не играет. Либо перестанет играть, но будет переживать и сердиться на тебя. При этом он так и не научится сам разбираться с отношениями, приносящими эмоциональный дискомфорт.

— И что делать? Продолжать смотреть, как он страдает?

— Но ты же не просто смотришь. Ты еще и разговариваешь. Попробуй обсудить эту ситуацию. Я бы на твоем месте сказала сыну, что это как-то не по-товарищески, настоящие друзья так не поступают, что, когда в друге не уверен, ничего хорошего в этом нет и что в мужчинах всегда ценилось постоянство. Посоветуй ему присмотреться к другим ребятам. Намекни на то, что, может быть, стоит найти более надежного друга.

Моя подруга поговорила с сыном. Прошло две или три недели. Потом она позвонила и сообщила мне, что Семен, возвращаясь из садика, все чаще рассказывает про увлекательные игры с Фомой.

* * *

В моей группе детского сада, когда я еще работала воспитателем, также был пример дисгармоничных дружеских отношений. Две девочки — одна всегда командует, а другая подчиняется. Родители Марины (подчиняющаяся девочка) перевели дочь в другую группу, чтобы спасти ее от вредного влияния подруги. Но и там Марина вляпалась в подобные отношения с другой девочкой. Та, другая, командует, Марина подчиняется… Получается, Марина сама выстраивала отношения так, что оказывалась в роли подчиненной.

* * *

Если ребенок не научился самостоятельно выходить из травмирующих его ситуаций, если внутренних изменений не происходит, то очень вероятно, что сценарий будет повторяться. «Сам» — это не значит оставить ребенка наедине с его проблемой, мол, уж как-нибудь разберется. Нет, это значит участвовать в процессе выстраивания отношений со сверстниками в качестве советчика. Выслушивать, сопереживать, рассказывать о своем опыте, о своем мнении, предлагать варианты решения. Но не решать проблему за ребенка авторитарными методами.

…И любовь

Конечно, это пример из другого возраста, но этот возраст все равно наступит. И принесет новые проблемы.

Девочке Наташе родители запретили дружить с мальчиком

Колей. Коля — трудный подросток, из школы его выгнали, к своим пятнадцати годам он уже имел условную судимость. Но красивый. А что еще надо четырнадцатилетней девочке для первой влюбленности? Несколько знаков внимания со стороны Коли, и Наташа увидела в нем принца…

Понятно, что родители Наташи принца в нем не разглядели. Как только до них дошла информация, что Наташа во дворе разговаривала с «этим Колей», последовали риторические вопросы: «О чем ты вообще думаешь?!» — причитания: «Ты хоть понимаешь, что он собой представляет?» Мама и бабушка демонстративно принимали сердечные капли, а далее домашний арест: в школу и из школы под родительским конвоем.

Коля решил, что таких сложностей ему не нужно. Романтичности в нем было не больше, чем интеллигентности. Прочитав переданную через подружку записку от Наташи, в которой шли длинные перечисления, что можно сделать «ради нашей любви», он сплюнул через прореху в ряду зубов и сказал, что Наташ много и на этой дуре с ее ненормальными предками свет клином не сошелся. Подружка Колины слова передала

дословно. Естественно, Наташа во всем обвинила родителей. Нет, она не призналась родителям, что попыталась переписываться с Колей. Она просто закрылась от них, перестала им доверять, потому что «из-за них все ее несчастья» — подростковый максимализм обернулся против родителей длительным отчуждением.

Свою первую несчастную любовь Наташа оплакивала несколько лет. А когда поступила в институт, отчаянно влюбилась в хулиганистого старшекурсника, которого уже раз пять выселяли из общаги за пьяные дебоши, но благодаря деньгам и связям его папы восстанавливали. Через месяц любовь прошла. Оказалось, что поговорить с этим парнем не о чем. Весьма ограниченный ассортимент шуток, да к тому же плоских — не смешно. Общих интересов у них не нашлось. У парня не хватало зуба — выбили в драке, но этот недостаток не придавал ему шарма, а скорее раздражал.

> Ах, если бы родители не вмешались так категорично в их начинающиеся отношения с Колей, все было бы по-другому.

Наташа пришла ко мне на прием. Она сама расставила точки над «i» — к психологу она решила обратиться не потому, что рассталась с молодым человеком, а по другой причине: осознала, что пыталась отыграть свои подростковые отношения. Нашла аналог Коли. И сама его бросила. Сама!

Наташа рыдала, комкая в руках бумажные платочки. Ах, если бы родители не вмешались так категорично в их начинающиеся отношения с Колей, все было бы по-другому. Ей бы этот Коля быстро надоел, ибо реального Колю она и узнать не успела, а потом несколько лет оплакивала неслучившееся. Вернее так — оплакивала свою иллюзию. «Сколько слез я пролила! Как болезненно это было! Несколько лет переживаний! И все из-за кого?! Лучше бы родители не запрещали мне с ним общаться, а помогли побыстрее самой понять, что он за человек на самом деле!»

Она права, и жаль, что родители поступили по-другому.

Самостоятельность и нравственность

Нельзя воспитывать самостоятельность, не воспитывая при этом нравственность. Опасно. Прививая ребенку уверенность в себе, в своих силах, способность к самостоятельным действиям, необходимо дать ориентир в виде системы ценностей. Иначе чем

он будет руководствоваться в своих действиях без сформированных нравственных принципов и ответственности?

Между умственным, нравственным и физическим

воспитанием должен быть баланс. Если родители делают акцент только на умственное и физическое развитие, то в результате могут получить красивого, умного, самовлюбленного эгоиста с устойчиво сформированным потребительским отношением к окружающим людям и к родителям в том числе.

Кто-то скажет, что, может быть, это и неплохо для конкретного человека. Ведь у эгоиста есть все ресурсы для реализации задуманного. К тому же его не сдерживают морально-этические и нравственные нормы. «Свободная личность», живет, как ему нравится… Все бы ничего, но до тех пор, пока это «нравится» не замахнется на интересы других людей. Увы, при недостатке нравственного воспитания на интересы окружающих, включая близких людей, обычно плюют. А это не только больно, но иногда и плохо заканчивается.

Есть золотое правило: «Поступай с другими так, как хочешь, чтобы поступали с тобой». Оно легко запоминается, и именно как правило. Но цель воспитания — не просто знание о том, что такое нравственность, а сформированная потребность поступать в соответствии с нормами нравственности. Не знание о том, что такое честность, а именно привычка быть честным. Суть не в том, чтобы заставлять ребенка совершать добрые дела, а в том, чтобы ребенок творил их по собственной инициативе и испытывал от этого радость и удовольствие. Это означает развитую способность соотносить свои действия с чувствами окружающих, уметь поставить себя на место другого человека, понять его потребности и мотивы его поступков. Это означает внутреннюю необходимость соотносить свои интересы с интересами окружающих. Это означает сформированное уважение к людям, к их личностным границам, к их желаниям и собственности.

Тема уважения напрямую связана с темой границ личности. Существует такая формула:

✓ **Уважение = Непричинение вреда другому = Соблюдение границ личности другого человека.**

Как уважать ребенка, как научить его уважать других и самоуважению? Очень просто — надо признать его автономной личностью со своими желаниями, потребностями, вкусами. Надо соблюдать границы его личности. Есть Я и есть *Ребенок.* Ребенок — не мое продолжение, а самостоятельная свободная личность. Ребенок не обязан соответствовать моим ожиданиям, разделять мои желания. Я — не приложение к *Ребенку,* а свободная личность. Родители не обязаны соответствовать всем его запросам и удовлетворять все его желания. Еще раз: есть Я и есть *Ребенок.* И важно сделать так, чтобы вместе нам было хорошо.

Конечно, когда ребенок совсем мал, границы стерты. «Я не

хочу надевать куртку!» — кричит трехлетний ребенок. Через «не хочу» он обозначает границу личности. Но на улице холодно. Если он заболеет, мама будет вынуждена его лечить. «Я не хочу потом с тобой по врачам бегать и сидеть на больничном! Надевай куртку!» — у мамы тоже есть «не хочу». И пока ребенок зависит от мамы, ему придется терпеть вторжения в его личностные границы.

«Я хочу какать!» — сообщает трехлетка маме, заглядывая в кабинку для примерки. Маме приходится забыть про «я хочу примерить это платье» и бежать с ребенком по торговому центру к ближайшему туалету. Пока ребенок зависит от мамы, ей тоже придется терпеть его вторжения в границы личности.

Постепенно, по мере становления самостоятельности, границы личности ребенка вырисовываются и укрепляются. «Я не хочу надевать шапку, — говорит подросток, — там тепло, у меня все друзья без шапок». Может ли мама что-нибудь противопоставить этому аргументу? Удержать физически? Нет, не сможет. Надавить авторитетом? Заставить надеть шапку? Неэффективно. Сын выйдет из подъезда и снимет ее. Но маме важно защитить свои границы, и она говорит: «Хорошо. На всякий случай предупрежу тебя о последствиях. Если ты простудишься, лекарства от насморка будут из твоих карманных денег». Здесь есть уважение к желанию ребенка. Уважение его права на самостоятельное решение. Но вместе с правом ребенку вручается ответственность.

* * *

— Она не прибирает свои вещи! Они валяются то на кровати, то на полу!

— Но это моя комната! Это мои вещи!

На консультации у психолога мама и двенадцатилетняя дочь на повышенных тонах продолжают начавшийся дома конфликт.

Дочь права в формулировке «Это моя комната! Это мои вещи!» — так она обозначает границы личности и свое право самой решать, как распоряжаться вещами.

Обращаюсь к маме:

— Почему вам важно, чтобы вещи были убраны?

— Они же портятся! Вещи при таком обращении быстро приходят в негодность. Я не могу смотреть, как на новом свитере, который валяется на кровати, кошка устраивается спать. Платья на стуле мнутся. Кошка оставляет на них затяжки. Дочь придет из школы и, не переодеваясь, сразу на кухню, к столу. А мне потом

пятна жирные с ее одежды отстирывать! Я каждый месяц на обновление ее гардероба трачу большие деньги! Я себе столько покупать не позволяю!

> Есть Я и есть Ребенок. И важно сделать так, чтобы вместе нам было хорошо.

Мама, может, и не понимает, но точно ощущает, что дочь нарушает границы ее личности. То есть нарушаются мамины установки: «Я не хочу отстирывать пятна» и «Я хочу новую одежду для себя». Отсюда и конфликт. Мама своим недовольством нарушает границы дочери, потому что дочь своим поведением нарушает границы матери. Границы обеих стерты. Можно ли их обозначить? Можно ли совместить дочкино «хочу есть в школьной форме» и мамино «не хочу отстирывать с формы пятна»?

Введите правило: «Ты можешь есть в школьной форме, но если ты посадишь пятно, отстирывать будешь сама». Предварительно надо показать, как пользоваться пятновыводителем.

Как совместить дочкино «не хочу вешать юбку на плечики» и мамино «не хочу каждое утро гладить ее юбку»?

Научите дочку гладить. И введите правило: «Если ты не убираешь юбку в шкаф, утром перед школой гладишь ее сама».

Как быть с дочкиным «это мои вещи» и маминым «это мои деньги»?

Совместно с ребенком обсудите, какую сумму семья может позволить себе расходовать на его гардероб, скажем, раз в полгода. Если одежда перестала устраивать, а бюджет уже выбран — придется донашивать то, что есть.

— А если ее устраивает рваная, мятая, в пятнах одежда? Это же мой имидж матери задевает!

И тут можно найти компромисс. У девочки есть право на самоопределение и самовыражение, в том числе через одежду, которую она носит. Если для выбранного ею имиджа характерны рваные джинсы, мятые блузы и свитера, где шерсть ангорской овечки перемешалась с прилипшей кошачьей — пусть так. Но только для определенных мест. Например, для посещения кафе быстрого питания или кинотеатра в компании сверстников, для тусовки на лавочке во дворе, для прогулки с друзьями в парке. Школа, семейное торжество с кучей родственников, посещение выставки в компании маминых подруг, корпоративный выезд на базу отдыха, куда приглашаются члены семей… Действительно, мамин «имидж» может пострадать, если дочка заявится в рванье. Для выходов в свет в компании мамы и просто для выходов в свет пусть будет отдельный комплект одежды, тщательно

оберегаемый.

ВНИМАНИЕ! Это не прямое руководство к действию. Необязательно каждому подростку заводить отдельный комплект одежды. Это — пример проведения личностных границ. Исходные условия могут быть другие, потребности могут быть другие, тогда и договариваться будете о другом.

Важно учить ребенка понимать, когда его «я хочу, и я так сделаю» задевает и нарушает «я хочу» другого. Если задевает, то нужно искать компромиссы, пересматривать границы «хочу».

Кто будет решать проблему?

В школьном ранце пустой мешок из-под сменной обуви. Самой обуви нет. А должна быть…

— Где обувь?

— Не знаю, — пожимает плечами ребенок.

У меня уже есть гипотеза на этот счет, но прямым текстом я ее не озвучиваю. Занудно задаю вопросы:

— Ты сегодня дома ботинки из ранца доставал?

— Нет.

— А в школе в сменной обуви ходил?

— Значит, в школе обувь была?

— Да.

— А из школы ты в чем пришел?

— В сапогах.

— И домой принес пустой мешок. Где ботинки?

— В школе остались!

— А где именно остались?

— Не знаю.

— А если подумать. Может, ты босиком по школе ходил?

— Нет, конечно.

— Но в мешок ты обувь не положил. Значит, ботинки остались там, где ты переобувался.

— В раздевалке! Я завтра посмотрю!

— Отлично. А если обуви не будет? Ее же могли убрать, когда вечером пол мыли.

— Надо будет спросить у тетеньки, которая за порядком в раздевалке следит. Может, она куда-нибудь убрала?

— Ты сможешь завтра до уроков спросить?

— Смогу.

— А что если не получится ботинки найти? В чем ты тогда будешь ходить по школе?

— Тогда сандалии возьму.

Как совместить дочкино «не хочу вешать юбку на плечики» и мамино «не хочу каждое утро гладить ее юбку»?

Подумал, нашел решение, завтра будет его реализовывать. Досадно, конечно. На прошлой неделе потерял перчатки. Еще две недели назад пришел домой без свитера. Я начинаю понимать, почему некоторых первоклашек родители переодевают в школьном тамбуре: все под контролем, одежда не потеряется. Но цена такого спокойствия за сохранность вещей — детская несамостоятельность. Ребенок не несет ответственности за свои вещи.

* * *

— Я опять потерял…

— Что на этот раз?

— Пропуск в школу.

— И где же он может быть?

— Выпал, наверное. Я забыл боковой карман ранца застегнуть. Или на скамейке утром забыл, когда переодевался. Если в школе выпал, можно спросить на вахте. Вова тоже потерял, так его пропуск учительница на вахте у охранника взяла. Потерянные пропуски всегда охраннику несут. Я завтра спрошу про пропуск. Он же подписан. Сразу понятно, что мой.

Ну вот, ребенок уже начал сам думать над вопросами «Где же мог потерять?» и «Как можно вернуть?». Опыт предыдущих потерь не прошел бесследно.

— Хорошо, но как ты завтра попадешь в школу без электронного пропуска? Как пройдешь через турникет?

— А я попрошу кого-нибудь с пропуском, чтобы меня провели.

— Хорошо, а если вдруг пропуска на вахте не окажется, что будешь делать?

— Училке скажу. Спрошу, как делают новый пропуск.

— Ладно. Если моя помощь понадобится — говори.

Ценный опыт потерь учит мозг искать решения. Конечно, при условии, если родители предоставляют ребенку возможность самому искать решения. Не всякая потеря оборачивается ценным опытом. В ситуации, когда родители не дают проявить самостоятельность, не дают самому подумать, самому сделать, а сразу спасают, бросаясь на поиски, потеря остается просто потерей.

Но есть и другая крайность: «Сам потерял, сам и разбирайся! Ищи где хочешь!» — и при этом никаких наводящих вопросов, подсказок, сочувствия, готовности прийти на помощь при необходимости. Не надо так. Ребенок, который знает, что за его спиной есть родители, готовые помочь, чувствует себя более уверенно, чем ребенок, который думает, что никто не придет ему на помощь. «Никто не поможет» — это убеждение порождает сильную тревогу и ощущение безнадежности. В таком эмоциональном состоянии хочется сесть в уголок и плакать, переживая свое одиночество, а не активно искать решение проблемы, проявляя самостоятельность. В воспитании лучше обходиться без крайностей. И не надо ставить перед ребенком непосильные задачи. Задачи, которые действительно развивают, — это не супер-пупер сложные задачи, отмеченные тремя звездочками, а те, что лишь немного сложнее, чем решаемые вчера. Задачи из зоны ближайшего развития.

Умение трудиться

«Я помню, как меня воспитывали мои родители. Куча обязанностей. Я вырос в деревне, а там очень много работы. Все лето то прополка, то покос, то картошку окучивать, то ягоды собирать. Это для городских ягоды собирать — удовольствие. А у нас как было? Пока куст не оберешь дочиста, на велике нельзя кататься. Я учился хорошо, институт с красным дипломом окончил. Потому что был сильный стимул не возвращаться в деревню. Остался в городе, много работал. Теперь у меня есть своя квартира, машина. Когда ездим семьей в гости в деревню, детям своим работать не позволяю. Ягоды с куста — только себе в рот. Не надо мне никакого варенья. Родителям сказал, если вам картошка нужна, я вам ее куплю, но сам больше в земле ковыряться не буду. Но они продолжают сажать, привыкли, не представляют жизнь без работы на земле. А дети у меня от работы вообще освобождены. Я посудомойку специально купил, чтобы им посуду мыть не пришлось. Все детство эту посуду мыл. Пусть хоть у детей будет детство счастливое. Я многого добился. Я могу себе даже домработницу позволить. Я заработал детям на счастливое детство».

Мужчина, описывая «суровое трудовое детство», не догадался провести параллель между «лишениями» и своими успехами во взрослой жизни. «Я многого добился», потому что «много работал», но ведь это и есть прямое следствие работы в детстве. Освободив своих детей от труда (здесь надо добавить — вне школы, потому что учеба это тоже труд), не препятствует ли он тем самым их успехам во взрослой жизни? «Обобрать куст до последней ягодки» — это ли не упражнение на развитие важной для профессиональных успехов работы на результат? Конечно, никто не говорит, что нужно максимально загрузить ребенка работой. Но и в другую крайность — исключение посильного труда — уходить не стоит.

Есть мнение, что, приучая ребенка трудиться, развивая в нем самостоятельность, родители тем самым лишают его детства. Воображение сразу рисует картину: ребенок взвалил на себя весь быт, он и убирается, он и готовит, он и в магазин за продуктами ходит. Играть и гулять, бедному, некогда — сплошные обязанности.

Давайте оттолкнемся от самостоятельности. Самостоятельность — это не обязанность. Вернее, не всегда обязанность. Обязанность — это когда «должен сделать». А самостоятельность — это когда «способен сделать», «могу

сделать». Могу сделать, даже если это не входит в мои обязанности.

Ценный опыт потерь учит мозг искать решения.

Идеальный вариант, если у ребенка в семье будет не так много обязанностей, но зато много искреннего желания помогать и, помогая, учиться чему-то новому. Когда есть желание, гораздо легче осваивать новую деятельность. Если ребенок научился читать, это не значит, что теперь он всегда должен читать сам.

Ритуал чтения перед сном, когда читает мама, можно оставить в неизменном виде. А самостоятельно читать ребенок будет, когда захочет. Если ребенок научился варить кашу, это не значит, что теперь он будет варить ее каждое утро для всей семьи, хочется ему или нет. Пусть варит при желании или когда действительно возникает такая необходимость. В моей семье необходимость периодически наступает, я, например, могу попросить детей приготовить ужин. Когда болею и лежу в постели с высокой температурой. Или когда много работы, когда, скажем, нужно вовремя сдать материалы в издательство.

> Можно растить свою дочь как принцессу в надежде, что ей никогда не придется стоять у плиты. Есть ведь рестораны, есть доставка еды на дом, есть домработницы, в конце концов.

Казалось бы, логично, если тот, у кого есть свободное время, возьмет на себя часть повседневных дел. Но не во всех семьях это решается именно так, и не во всех семьях повседневные дела позиционируются как общие. Я знаю женщин, которые «совершают подвиги», взвалив на себя все дела, не делегируя даже малой их части детям. Они готовят ужин даже тогда, когда им точно плохо, в то время как дети-школьники играют на компьютере или общаются в социальных сетях.

«Успеет еще наготовиться, когда замуж выйдет. Зачем ребенку детство готовкой портить», — рассуждала мама Ирочки и поэтому не привлекала ее к приготовлению еды. Ирочка поступила в институт и стала жить в студенческом общежитии. В комнате четыре человека, девушки скинулись на продукты, установили график готовки. И когда подошла очередь Ирочки, она сделала для себя массу открытий. Оказывается, чтобы приготовить кашу, воды надо лить больше, чем насыпать крупы. Оказывается, макароны нужно засыпать в кипящую воду, а не в холодную. Оказывается, и пельмени тоже нужно бросать в кипящую воду. Оказывается, в макароны по-флотски не кладут

сырой фарш, его нужно предварительно обжарить с луком. «Ирка, ты даже лук резать не умеешь! Ирка, картошку аккуратно чисть! Ты же все в стружку гонишь! Давай экономь продукты!» Терпение у соседок лопнуло, когда они узнали, что для чая и супа Ирина набирала горячую воду из-под крана. «Но она же уже горячая, она же быстрее закипит!» — оправдывала та свои действия. Оправдания не помогли, и девушки отказались от совместного столования с Ирой: «Готовь себе отдельно. Мы с тобой на продукты больше складываться не будем». Несколько месяцев Ирина питалась исключительно лапшой быстрого приготовления. Потом переехала в другую комнату, где жила девочка, с которой она подружилась. В новой комнате (также на четверых) Ирина взяла на себя уборку, а остальные готовили. Не сказать, что полы Ирочка мыла лучше всех, но лучше уж перемыть пол, чем оставить соседок без ужина. Перерасхода продуктов не происходит, и соседкам не принципиально, какой водой ты пол моешь: холодной или горячей.

Можно растить свою дочь как принцессу в надежде, что ей никогда не придется стоять у плиты. Есть ведь рестораны, есть доставка еды на дом, есть домработницы, в конце концов. Но как знать, с чем в будущем столкнется ваша дочь? Пусть ей не пригодится навык готовки, но освоить его все же лучше, чем оставаться полной неумехой. Принцессой, для которой вряд ли найдется принц. Кстати, для мальчиков это умение тоже не лишнее.

Человек, который умеет что-то делать, чувствует себя уверенней человека, который ничего не может, даже если они оба в этот момент просто наблюдают за чужими действиями.

Что готовят «ленивые мамы»?

«Ленивой маме» лень готовить сложные блюда. Поэтому на ужин у нее не зразы с сыром и грибами, не картофельно-мясной рулет, а просто картошка, тушенная с мясом. Чем проще блюдо, чем меньше телодвижений на кухне, тем больше времени остается для чего-то другого. Например, для общения с ребенком. И есть еще одно важное преимущество простых блюд: ребенку легко научиться их готовить.

Когда мама — гениальный повар, очень сложно ей соответствовать. Все, что приготовлено стараниями ребенка, будет хуже, чем у мамы. И сколько ни убеждайте ребенка в обратном, в большинстве случаев он все равно хочет остаться при своем мнении, опираясь на объективные факты: «У мамы лучше». Конечно, это не значит, что маме срочно нужно разучиться готовить. Но можно чередовать сложные блюда и простые. Чтобы на столе периодически появлялись макароны с сыром, или гречка из мультиварки, или что-то еще простенькое, что легко может приготовить ребенок, — это та основа, на которой в дальнейшем будет расти его поварское мастерство. Кстати, когда мама варит кашу, ребенок может легко обойти ее в искусстве приготовления этого блюда, добавив в кашу банан, яблоки или орехи. Похвалите его, восхититесь вкусом — ситуация успеха вдохновит ребенка на да

льнейшие гастрономические эксперименты.

У нас эти эксперименты бывают регулярно, с тех пор как Сашка научился держать в руке нож. Делали мы с ним однажды винегрет. Увлекательное занятие: морковку и свеклу нарезать маленькими яркими кубиками. (К сведению тех, кому психологически сложно дать острый нож в руки трехлетнего малыша: вареные овощи легко режутся безопасным пластиковым ножом.)

У сына сработало ассоциативное мышление, и он воодушевленно предложил: — А давай винегрет с конфетами делать!

На столе в вазочке были конфеты в ярких фантиках. Я не успела сказать нет, и Сашка стал ловко разворачивать конфеты.

У меня в голове прокрутился внутренний диалог: «Обоснуй, почему — нет». — «Невкусно же!» — «А ты пробовала?» — «И так знаю». — «А Сашка не знает. У него нет предубеждения, как у тебя. Он хочет попробовать». — «Винегрет же будет испорчен!» — «Винегрет можно испортить мышьяком, машинным маслом и прочей гадостью. Конфеты в этом смысле безобидны. В конце концов, можно проследить, чтобы они попали только в детские тарелки».

Сашка сказал, что это был самый вкусный винегрет в его жизни. Он ревностно следил за тем, чтобы конфеты достались всем. Лично переложил мне несколько штук из своей тарелки.

Свою квадратную форму конфеты почему-то потеряли. Может, под воздействием растительного масла?

А потом Сашка спросил:

— Мама, а ты пробовала жареные конфеты?

И мы договорились о новом кулинарном эксперименте: жарить конфеты. Я вспомнила, что у меня есть старая сковородка, которую можно будет просто выкинуть, если не получится отмыть.

А потом был период смелых экспериментов с напитками. Все жидкое решительно смешивалось. Чай с соком — хм, вполне съедобно. Сок с ряженкой… я выжила после дегустации.

Если придумывать свое собственное блюдо, а не только пользоваться готовыми рецептами, это тоже проявление самостоятельности. Однажды десятилетний Коля придумал испечь пирог с бананами. Именно придумал — он не знал, что и такие рецепты есть. Все просто. Все точно так же, как делает мама. Только мама ни разу не догадалась положить в пирог бананы вместо картошки, а вот Коля догадался. Пошел в магазин и на карманные деньги купил дрожжевое тесто и бананы. Раскатал тесто, как раскатывает мама, нарезал бананы и разложил по тесту так, как мама раскладывает картошку. Посыпал сверху сахаром (мама картошку солит, но с бананами надо по-другому), накрыл сверху другим пластом теста, поменьше, и защипал края, тоже как делает мама. Потом поставил пирог в духовку и держал до тех пор, пока корочка на пироге не стала светло-коричневой.

И мы договорились о новом кулинарном эксперименте: жарить конфеты.

Обращаться с духовкой мама научила раньше. Приходит мама с работы, а дома сюрприз. Вообще-то мама на диете и в мучном себя ограничивает, да и пирог, на ее вкус, был не очень, но она была искренне восхищена, что сын проявил инициативу и все сделал сам. Фото пирога с хэштегами «сюрпризотсына» и «мойсамыйлучший» мама разместила в социальных сетях, а потом еще неделю звонила и рассказывала о кулинарном шедевре Коли родственникам и подругам. Не меньше эмоциональных поглаживаний (психологи так говорят) Коля получил и когда испек пиццу на… пельменном тесте, решив, что изделия из дрожжевого теста получаются толстоватыми, а мама любит пиццу на тонком тесте. Внешне пицца выглядела аппетитной (тесто и правда было тонким) и украсила мамину страницу в социальной сети. Но прожевать ее было ну ооочень сложно — слишком твердая и сухая. Однако ребенок не услышал ни слова критики.

Мама могла бы сказать: «Из пельменного теста пиццу не пекут, и лучше бы ты взял готовую основу для пиццы», но она не стала этого делать. Зачем? Ребенок поэкспериментировал, имел возможность сравнить полученный результат с традиционным представлением о пицце и, вероятно, понял, что в следующий раз нужно что-то поменять в технологии.

ПЕТЕНЬКА, НУ КАК НЕ СТЫДНО? НОСИШЬСЯ, А ПОРТФЕЛЬ СТАРЕНЬКАЯ БАБУШКА С ПАЛОЧКОЙ НЕСЕТ...
БА-А-А! ДАВАЙ Я ПОНЕСУ...
ВОТ ЕЩЁ! ВЕСЬ ГРЯЗЬЮ ЗАЛЯПАЕШЬ!

Критикой и неосторожными поучениями можно легко отбить желание действовать. Путем проб и ошибок выстилается более надежный путь к успеху.

А если ребенок не хочет учиться делать что-то собственными руками, например учиться готовить? Да, бывает и так, и это нормально. У кого-то есть интерес к кухне и есть желание сделать что-нибудь эдакое (пусть даже сосиски сварить), а у кого-то нет. Но кроме желаний бывают еще и ситуационные потребности, и просьбы помочь. И вот здесь без кулинарных навыков не обойтись. А если шире — без бытовых навыков, куда входит и умение забить гвоздь без трагических последствий. Освоение навыков — это про разницу между «хочу» и «могу»: «Не хочу, но если очень надо, то могу».

— Я сегодня задержусь на работе, — говорит «ленивая мама» ребенку-школьнику. — Пожалуйста, приготовь ужин. Будет здорово, если я приду, и мы сразу сядем за стол. Что тебе

интереснее приготовить: кашу, макароны или сварить картошку?

А потом, вечером, обязательно:

— Спасибо! Ты очень-очень выручил!

Но злоупотреблять такими просьбами ни в коем случае нельзя. Иначе это превратится в рутину и утратит для ребенка всякий интерес.

Но ведь может быть и так, что мама попросила что-нибудь приготовить и даже получила согласие ребенка сварить, скажем, макароны, но к ее приходу ничего не было приготовлено. Что тогда?

Прежде всего — никаких шумных разборок. Спросите, что случилось, в чем причина, может быть, возникли какие-нибудь трудности? Даже если ребенок просто заигрался и забыл про свое обещание, не стыдите, не укоряйте его, а произнесите безадресно: «Ой, как же хочется есть» — и попросите ребенка поставить воду на огонь. Можно попросить покараулить воду, «пока я переодеваюсь», и, если закипит, положить в нее макароны. А потом: «Спасибо, вдвоем у нас быстрее получилось».

> Если ребенок не хочет чему-то учиться на бытовом уровне…

У кого-то из читателей, вероятно, возникли вопросы: а почему нельзя строго отчитать? Почему нельзя стыдить и укорять? Можно, конечно. Но зачем? Ребенок в этом случае испытает негативные эмоции и свяжет их с тем, что не выполнил просьбу мамы, ее поручение. В следующий раз он поручению не обрадуется, оно будет ему в тягость. А вот через ситуацию успеха и позитивные эмоциональные поглаживания можно даже изменить отношение ребенка с негативного на нейтральное. И даже пробудить интерес к готовке.

Про ранец с учебниками и сумку с продуктами

Встречаю своего первоклашку из школы. Четыре первых класса по 35 человек. Представляете, сколько собралось встречающих у школьных дверей?

Инициативная мама строит остальных:

— Товарищи родители! Расступитесь! Сделайте коридор! Дайте детям возможность свободного выхода!

Это самый первый учебный день. Родительская тревога зашкаливает. Кажется, если ребенка не перехватить у выхода, то он непременно потеряется.

— Моя старшая дочь училась в другой школе. Так там учительница всегда сама выводила одетых ребят на улицу и лично каждого родителям передавала! — делится своим представлением о том, как должно быть, одна из встречающих мам.

— Вот, это правильно! А то учительница останется в классе, и откуда ей знать, дошел ли ребенок до выхода. Может, он в коридоре заблудился? Или родители не успели приехать встречать. Куда он пойдет? — тревожно говорит другая мама.

Я помню себя в первом классе. И помню свое восприятие школы. Да, большое здание. Да, много народу. Но страха заблудиться не было. Да и где там блудить? Всего три этажа и несколько лестниц. Первоклашка и тот разберется. Разве современные дети стали глупее? Нет.

И вот, наконец, появились первые ласточки, то есть деточки… Слегка растерялись, увидев живой коридор… А родители, между

тем, активно разбирают своих — хватают за руку, а чаще за ручку ранца…

И у меня тут же возникла ассоциация с ожиданием багажа в аэропорту. Толпа людей вокруг транспортерной ленты… Вон движется знакомый мне ранец…

Угадайте с трех раз, что дальше происходит с большинством ранцев? Они перекочевывают с детских плеч в руки взрослых. С крепкого на вид мальчишки мама или бабушка стаскивает ранец и несет сама. Зачем? Это же его ранец, в котором лежат его вещи. Это — зона его ответственности, и он прекрасно справится. Да, без ранца будет легче. Но бабушке — тяжелее. И маме будет тяжелее. Если не сейчас (ранец весит не так уж много), то в будущем, когда закрепится такая вот модель поведения: перекладывать ответственность на маму.

Первоклашки не хотят расходиться. Они хотят еще побегать по школьному двору, поиграть. Дети же! Мамы стоят, держат ранцы. И только один мальчик бегает с ранцем. Ну да, мой сын. У него же «ленивая» мама, которой лень держать ранец. Потом он понимает, что с ранцем бегать не очень удобно. Да нет проблем: снимает ранец и ставит его на асфальт рядом с клумбой.

— Ой, запачкается! — говорит мама справа от меня.

— Ничего. Придет домой, протрет тряпочкой, — успокаиваю я ее.

— Заиграется и забудет! — беспокоится мама слева.

— Ну, если забудет, вернется, когда вспомнит.

Не говорить же ей, что мне самой будет лень возвращаться.

Держать в руках ранец ребенка, пока он пинает опавшие листья на школьном дворе, — это не забота о ребенке. Это забота о себе. Ранец может запачкаться, потеряться… сплошные нервы! Маме так спокойнее — держать все в своих руках. Было бы еще лучше держать в одной руке ранец, а другой — руку ребенка. Ведь когда он бегает по школьному двору, его подстерегают сплошные опасности. «Там лужа! Осторожно! Не прыгай с парапета! Тут высоко! Не бегай по ступенькам, упадешь головой прямо на них! Куда ты лезешь на дерево! Слезай сейчас же! Всё, уходим домой!» Уходим домой, потому что мама устала от своей тревоги. Но, потакая себе, мы закрываем ребенка от жизни.

> Даже если ребенок просто заигрался и забыл про свое обещание, не укоряйте его, а произнесите безадресно: «Ой, как же хочется есть» — и попросите ребенка поставить воду на огонь.

Мы идем домой. Перед нами женщина с сыном-подростком. У женщины в руках пакет с продуктами. Видно, что тяжелый. А в

другой руке сумочка, по идее дамская, но раздувшаяся до состояния «застегнуть невозможно».

В сумочку сложены продукты, которые не вошли в пакет. У меня, наверное, был ну очень выразительный взгляд (я не специально), потому что подросток вдруг засмущался и подскочил к маме:

— Дай, я пакет понесу.

Он потянулся к ручкам, но женщина внезапно шарахнулась от него в сторону:

— Куда?! Не дам! Там яйца! Ты разобьешь! Надо аккуратно нести!

И ведь не дала…

Сохранность яиц для мамы оказалась важнее сохранности самооценки подростка. Ну, допустим, разобьет. И что? Что критичного? Можно обойтись без яиц. Или отправить сына в магазин за новыми яйцами, дав ему возможность исправить оплошность. В крайнем случае коробку с яйцами можно вынуть и нести в руках, а пакет с остальными продуктами пусть несет мальчик.

> Там лужа! Осторожно! Не прыгай с парапета! Тут высоко! Не бегай по ступенькам, упадешь!

Предвижу вопрос: «С какого возраста подросток должен носить тяжелые пакеты с продуктами?» Во-первых, не должен, и во-вторых, не должен и в-третьих. Тут дело не в физической силе, а в осознании непреложного факта: если маме тяжело, ей надо непременно помочь. «Должен» — это по принуждению, а когда к чему-то принуждают, этого и делать не хочется. Хотите, чтобы у вас был помощник? Начните с формирования привычки помогать. Даже двухлетний малыш может что-то из магазина донести. Что-то легкое, конечно, но зато малыш будет преисполнен важности — без него маме никак. Возьмите на кассе два пакета — один большой, другой поменьше. В маленький положите хлеб или пачку масла и вручите ребенку с комментарием: «Это тебе. Мне одной сложно все унести. Помоги, пожалуйста». Но только учтите, это должен быть не разовый воспитательный момент, а постоянная практика. И из таких регулярных «мелочей» (специально взяла это слово в кавычки, потому что никакие это не мелочи) складывается воспитание.

✓ Хочешь взять игрушку с собой в детский сад? — хорошо, только неси сам.

✓ Хочешь взять самокат на прогулку? — хорошо, но ты несешь его сам.

✓ Хочешь кататься с горы на санках? — хорошо, но саночки в

гору сам.

Но опять же напоминаю: без фанатизма. Если горочка крутая и высокая, помогите.

А если ребенок уже школьник, маме поздно становиться «ленивой»? Расставляем приоритеты

Воспитание — процесс целенаправленный и планомерный. Если вы вдруг с места в карьер решите стать «ленивой», то, конечно, ребенок не станет на счет «раз, два, три» самостоятельным. Реакцией будет стресс, сопротивление или равнодушие к маминым педагогическим изыскам.

Приучать к самостоятельности надо постепенно. Помните ранее озвученную совокупность принципов? Постепенность, самоконтроль, личная заинтересованность.

> Хочешь взять игрушку с собой в детский сад? — хорошо, только неси сам.

Составьте список дел, которые ваш ребенок мог бы делать самостоятельно. Расставьте приоритеты, выбрав то, что особенно важно. Подумайте, по силам ли вашему ребенку перечисленные в списке дела. И начинайте работать сначала над первым пунктом. До формирования устойчивого навыка в среднем потребуется недели три. Для вас — три недели терпения. Направлять. Помогать. Контролировать. Хвалить. Потом можно переходить к следующему пункту.

Например, ваш ребенок — первоклассник, и вы решили, что он будет:

- ✓ без напоминания чистить зубы;
- ✓ собирать портфель;
- ✓ собирать сумку на тренировку;
- ✓ делать все уроки самостоятельно;
- ✓ заправлять постель;
- ✓ чистить ботинки;
- ✓ мыть посуду;
- ✓ прибирать свою комнату;
- ✓ поливать цветы;
- ✓ выносить мусор;
- ✓ готовить себе еду;
- ✓ стирать одежду;
- ✓ развешивать одежду после стирки;
- ✓ кормить кота;
- ✓ убирать кошачий туалет.

Напомню, это пример, и в списке, составленном вами, могут быть совсем другие дела. Ориентируйтесь на свои потребности и на возможности ребенка.

Нарисуйте на листе бумаги таблицу из четырех столбцов. В первом столбце напишите пункты своей «педагогической программы» (что ребенок должен делать сам).

Теперь нужно решить, с чего начать и в какой последовательности развивать навыки. Чтобы определиться со степенью важности, проставьте баллы напротив каждого пункта.

Второй столбец

✓ Ставим 1, если навык необходим каждый день.

✓ Ставим 2, если навык необходим раз-два в неделю.

✓ Ставим 3, если это полезный навык, но редко используемый.

Третий столбец

✓ Ставим 1, если ребенок легко с этим справляется, нужно только перевести его умение в привычку.

✓ Ставим 2, если ребенок справляется, но с посторонней помощью.

✓ Ставим 3, если ребенку это пока не по силам.

Затем умножаем значения второго и третьего столбцов и заносим произведение в **четвертый столбец**.

Сортируем записи по возрастанию. Самые приоритетные идут под цифрой **1**, те, что могут подождать, в нашем примере — под цифрой **9**. Внутренняя градация — на ваше усмотрение.

НАВЫК	АКТУАЛЬНОСТЬ	ВОЗМОЖНОСТЬ	ПРИОРИТЕТНОСТЬ
Без напоминания чистить зубы	1	1	1
Заправлять постель	1	1	1
Кормить кота	1	1	1
Собирать портфель	1	2	2
Делать все уроки самостоятельно	1	2	2
Чистить ботинки	1	2	2
Поливать цветы	2	1	2
Убирать кошачий туалет	1	2	2
Собирать сумку на тренировку	2	2	4
Мыть посуду	2	2	4
Прибирать свою комнату	2	2	4
Выносить мусор	2	2	4
Развешивать одежду после стирки	2	2	4
Стирать одежду	2	3	6
Готовить себе еду	3	3	9

Начинать приучение к самостоятельности надо с первых верхних строчек — то есть с того, что наиболее актуально и легко осуществимо. Опыт подсказывает, что дела, перечисленные в этой таблице, потребуют воспитательных усилий на полгода.

Хорошо, если у ребенка будет наглядный инструмент для самоконтроля. Нарисуйте броскую таблицу и прикрепите ее скотчем (булавками) к стене. Предложите ребенку отмечать выполненное действие.

НАВЫК	ПН	ВТ	СР	ЧТ	ПТ	СБ	ВС
Почистил зубы	+	+	+				
Заправил постель	+	+	+				

Можно такую же таблицу разместить на холодильнике. Купите маленькие цветные магнитики, и пусть ребенок выставляет их каждый день, если действие выполнено. Наглядность реально помогает, и не только детям, но и взрослым, которые по этой причине часто не расстаются с ежедневниками, планируя в них свои дела, выстраивают графики и схемы.

Первоклассникам бывает сложно самостоятельно собрать портфель. И здесь также может пригодиться лист самоконтроля. Пусть напишет сам (или вы ему помогите), что должно лежать в портфеле, и пусть ставит плюсик напротив каждого предмета, положенного в портфель: «Это положил. Это положил. Сейчас это положу». Навык самоконтроля так и развивается.

Когда действия «почистил зубы» и «заправил постель» будут доведены до автоматизма, исключающего родительский контроль, можно переходить к пункту «кормить кота». С котом, мне кажется, проще. Он не даст забыть покормить себя. Будет требовательно орать. Будет хватать за пятки того, кто «заведует» едой, создавая тем самым мощный стимул для выполнения обязательств.

Кстати, о стимулах.

При отсутствии стимулов или мотивации ребенок может запросто проигнорировать таблицы, виртуозно раскрашенные родителями. Постель не заправил, магнитик в соответствующую клетку не поставил, плюсик не нарисовал — и как с гуся вода. Нет у него в этом личной заинтересованности. Это маме и папе нужны заправленная постель и заполненная таблица, а ребенку с постелью так удобней: вечером стелить не надо. И как быть?

Сейчас скажу самую банальную банальность: дети все разные. Потому и не существует универсальных воспитательных фишек. То, что работает со старшим ребенком, может не сработать с младшим. И цветные таблицы сами по себе не работают — это просто инструмент для осуществления самоконтроля. Если у ребенка будет личная мотивация (сам захотел) или его будет подталкивать стимул, предложенный родителями, ребенок заправит постель — не будет ни того, ни того, палец о палец не ударит.

Начинать нужно с формирования личной мотивации. Расскажите, почему важно делать то-то и то-то, добавьте, что маме и папе нравится, когда то-то и то-то сделано, придумайте еще какие-нибудь вдохновляющие фразы. Но если на вашего ребенка они не окажут воздействия и личная мотивация так и не появится, несмотря на ваши усилия (не та почва, не та натура), то тогда подключайте стимулы.

Стимулы — внешние воздействия — бывают положительные и отрицательные. **Положительные стимулы** — это когда за сформированную положительную привычку ребенок получает заслуженный приз. Игрушку, книгу, посещение интересного места — то, что хочет ребенок и ради чего он постарается, то, что будет равноценным поощрением, с точки зрения родителей.

Важное замечание. Поощрять надо не за факт выполнения какого-либо действия — это не торг «ты мне, я тебе». Поощрение — это, скорее, выражение радости по поводу того, что полезная привычка начинает формироваться.

Отрицательные стимулы — это когда за невыполненное обязательство наказывают штрафом, лишением. На отрицательных стимулах добиваться желаемого легче. Самый распространенный ультиматум: «Если не вымоешь пол, не пойдешь гулять!» Да, действует. Но только эффект кратковременный. Придет время, и вы физически не сможете удержать дома подростка. Прежний отрицательный стимул перестанет работать.

Если же воспитание строилось не на стимулах, а на мотивации, на желании помогать, то фраза «Помоги мне, пожалуйста, протри пол» будет работать и пять лет спустя, при наличии хороших отношений, конечно. Поэтому в воспитании лучше в первую очередь опираться на мотивацию.

Приоритеты следует расставлять таким образом: отношения важнее навыков. Если для формирования навыка папа хватается за ремень: «Да сколько же раз тебе говорить, что за собой нужно убирать со стола! Сейчас через пятую точку память тебе поправлю!» — то навык, может, и сформируется, но во взрослой жизни получивший ремня может принципиально избегать убирания со стола. Своего рода протест против насилия в детстве.

Такой «несамостоятельный» Подросток

— Я бы хотела, чтобы мой ребенок стал более самостоятельным. Чтобы учился хорошо. По дому помогал. А то уроки прогуливает. Сейчас каникулы. Есть время, чтобы учебу

подтянуть, с репетиторами позаниматься, исправить «тройку» по математике. Так нет ведь. Утром встанет, даже постель не заправит. Уйдет из дому и до вечера.

— А чем же он занимается, когда не дома? Что он ест в течение дня?

— Не знаю. Он какие-то встречи организует. С ребятами. Он комиксы рисует. Они тоже комиксы рисуют. По Интернету переписываются. Потом встречаются, работы обсуждают. Еще комиксы на заказ рисует. Ему деньги за это платят. На карманные расходы он у меня не берет. Может забежать поесть где-нибудь в общепите.

Представляете? Ребенок в 14 лет сам зарабатывает себе на карманные расходы! Сам организует встречи по интересам!

Но ничего не делает из того, что хочется маме, и поэтому он, по ее мнению, несамостоятельный.

Да, учебу приходится контролировать. Но так уж сложилось, что на учебу у него нет мотивации. Зато есть интерес к комиксам. И не ищите иронии в моих словах, кто знает, может быть, он решит сделать это своей профессией? У него уже получается зарабатывать этим деньги.

> Навык, может, и сформируется, но во взрослой жизни получивший ремня может принципиально избегать уборки со стола.

Если продолжать давить на него с учебой и репетиторами, это может обернуться разладом в семье. Отношения испортить легко, а восстанавливать сложнее. Для мамы будет лучше ослабить давление в отношении учебы и проявить искренний интерес к увлечению сына. Маме тревожно, но свою тревогу лучше всего успокаивать верой в ребенка. Верить, что он сможет найти свой путь в жизни. Может быть, на этом пути ему не пригодится математика, по которой сейчас «тройка» в четверти…

Воздействовать на подростка, контролировать его поступки можно, только доверяя ему, поддерживая с ним хорошие отношения. Когда на подростка давят, когда отношения переходят в разряд конфронтации — ничего не получится. Вырвется и найдет способ сделать все по-своему.

Самостоятельный ребенок не значит «удобный» и «послушный», всегда делающий то, что скажут родители. Воспитывая самостоятельность, нужно быть готовым к тому, что у ребенка будет свое мнение, свой выбор, свое право на ошибку.

Если вас тревожит несамостоятельность подростка, постарайтесь увидеть обратное — в чем он самостоятелен. Он может самостоятельно организовать свой досуг? Он может

самостоятельно принять решение, на что потратить карманные деньги? Он может не умереть с голоду при полном холодильнике? А при пустом холодильнике, но наличии денег на минимальный продуктовый набор? А выбрать, что ему надеть? А почистить свою одежду? И наконец, в том, что ему действительно важно, он проявляет самостоятельность?

Вы несколько раз ответили «да»? Тогда это тревога не про самостоятельность. Но про что тогда? Про будущее вашего ребенка? Понятно. Теперь вы думаете, куда заведет его самостоятельность? А вдруг он наделает слишком много ошибок, которые нельзя будет исправить? А если он такой самостоятельный, то как его тогда контролировать?

Отвечаю. Контроль через доверительное общение. Будьте в курсе событий его жизни. Знайте о его планах. Знайте круг его общения. Проявляйте искренний интерес к его делам без критики и давления.

Когда и как делегировать ребенку ответственность

Мероприятие в крупной компании. Оценка персонала методом деловой игры. Я — один из наблюдателей. Цель: выявление потенциальных руководителей. Участники — молодые специалисты — играют по предложенным модератором правилам, а наблюдатели отслеживают проявление управленческих компетенций.

В конце игры каждому участнику игры задается вопрос:

— Довольны ли вы результатом или можно что-то улучшить?

— Всем доволен. Все хорошо.

И я, соблюдая правила процедуры оценки, должна отметить в своей тетради наблюдателя: «Не критичен к результату. Путей улучшения не видит».

— Не доволен, — такой ответ тоже может быть.

И тогда я должна задать новый вопрос:

— А почему? Что помешало? Что вам хотелось бы изменить?

Выслушивая ответ, держу наготове маркер, чтобы выделить в тетради наблюдателя один из вариантов:

1) ответственность за результат берет на себя;

2) ответственность перекладывает на других;

3) ответственность перекладывает на обстоятельства.

В кадровый резерв попадут лишь те, кто критичен к результату, видит пути улучшения и, подчеркиваю, **ответственность за результат берет на себя.**

У меня эта компетенция развита. Я беру ответственность на себя. Если мой сын не попадет в кадровый резерв, то я не буду обвинять в этом наблюдателя, кадровика, начальника, плохую погоду, плохое освещение, плохой сценарий деловой игры или неадекватных коллег. Мой вывод будет другим: значит, это я не научила сына брать ответственность на себя, быть критичным к результату и видеть пути улучшения.

> Представляете? Ребенок в 14 лет сам зарабатывает себе на карманные расходы! Сам организует встречи по интересам!

Как же это непросто — воспитывать мальчиков…

Или наоборот — просто. Для этого надо просто разговаривать с ними. Если что-то не так, пусть подумает: «А почему так произошло? Может быть, причина во мне? Могу ли я что-то изменить? И что в следующий раз надо сделать по-другому?» Это называется «поиски личной ответственности». И родители в этих поисках должны помогать.

— Мне поставили плохую оценку.

— Это было заслуженно?

— Вообще, да… Я не подготовился.

— Тогда лучше сказать так: «Я получил плохую оценку, потому что не подготовился как следует».

— Но я не мог подготовиться! Электричества же не было! Была авария на электростанции, свет отключили!

— Свет отключили около полуночи. Больше чем за десять часов до начала первого урока. Можно было что-то сделать за

десять часов?

— Ну, да… Можно было утром встать пораньше и подготовиться.

— Мне почему-то кажется, если бы для тебя было действительно важно подготовиться, ты бы так и сделал.

— Да.

Ответственность и приходит через такие осознания. Через признания самому себе: если бы мне это было действительно важно и нужно, я бы мог повлиять на ситуацию.

— Хорошо. Давай обсудим просто как идею. Как можно минимизировать риски повторного попадания в такую ситуацию?

— Делать уроки, пока еще светло.

Ехидная улыбка на лице «ответственного ученика» не оставляет особой надежды на то, что он регулярно будет делать уроки днем. Но тем не менее толк от подобного разговора есть: он почувствовал личную ответственность за то, что случилось.

Заставить почувствовать свою ответственность не значит обвинить. Чтобы подобные диалоги не вызывали у ребенка раздражения, контакт с ним должен быть приятным, доброжелательным. Без критики, без попыток пристыдить или обвинить в бездействии. Можно даже выйти за рамки конкретной ситуации, особенно если ситуация эмоционально окрашена. Когда ребенок испытывает разочарование или обиду, то это может помешать ему искать ответ на вопрос «Что можно сделать по-другому?». В таком случае лучше поговорить с ним о его эмоциях и переживаниях, вызванных этой конкретной ситуацией. А спустя какое-то время спросить про похожую, но абстрактную ситуацию: «А что бы ты мог посоветовать мальчику, который попал бы в такой же переплет?» Или предложить фантастический вариант: «А если бы у тебя была машина времени и ты мог вернуться в прошлое, что бы ты самому себе посоветовал?»

— Так обидно же! — говорит мой сын. — Ручка перестала писать прямо на олимпиаде! То пишет, то не пишет. Я ее расписывал, время потерял! Потом учительница заметила и свою ручку дала. Последнюю задачу я из-за ручки решить не успел! А Федя из второго «Б» успел и обогнал меня по баллам. Если бы не ручка, первое место было бы у меня!

— Я понимаю, как тебе обидно. Мне бы тоже было очень обидно. Я однажды на олимпиаде по черчению очень долго чертила рамку. А потом оказалось, что рамку чертить не нужно. Только деталь в трех проекциях. А я на рамку столько времени потратила, что не успела последнее задание сделать. Я потом долго жалела об этом и все думала, будь у меня машина времени, я бы прилетела в прошлое и дала себе совет: «Обязательно

уточняй, правильно ли ты поняла требования к выполнению задания». А если бы у тебя была машина времени, что бы ты себе посоветовал?

— Взять запасную ручку!

— Да, хороший совет — брать запасную ручку. А представь, что кто-то другой оказался без ручки. Дома забыл. Или она внезапно сломалась. Что бы ты ему посоветовал?

— Сказать об этом вслух. У кого-то же с собой может быть запасная ручка. У меня, например, когда я уже себя предупредил, ну, через машину времени.

— Точно. Надо сразу сказать об этом. Это повышает шансы на то, что проблема решится. Учитель может дать свою ручку.

Всякие речевые реверансы с машиной времени и неким ребенком, которому нужно дать совет, работают более мягко и более эффективно, чем короткие прямые наезды из экспертной позиции родителя: «А я тебе всегда говорю, что надо брать запасную ручку! Ты что, не мог сразу у учителя ручку попросить?!»

Вина и ответственность

Один из главных рычагов, которым пользуются родители и педагоги, — это взращивание чувства вины. Видимо, им кажется, что так воспитывается ответственность. «Это ты во всем виноват! Как тебе не стыдно! Из-за тебя всё!» — увы, такая форма манипулирования встречается очень часто. Особенно эффективным считается винить и стыдить перед всем классом. Или перед собравшимися родственниками — семейный совет из родителей, бабушек, дедушек…

Родители, к слову, не сознательно вредят психике своего ребенка. Они просто повторяют то, что сами часто слышали в детстве. У них нет другой модели воспитания. Они и сами, наверное, были бы рады избавиться от вечного ощущения вины.

Ребенок смотрит на мир глазами взрослых и до определенного возраста безоговорочно верит им: «Если мама сказала, что я плохой, значит, так и есть». Если мама обвиняет, то ребенок привыкает чувствовать себя виноватым — вредная, надо сказать, привычка с психологической точки зрения.

А что же тогда вместо вины? Чем регулировать поведение ребенка? Регулятором поведения может выступать ответственность. Ответственность и без чувства вины вполне жизнеспособна.

Ответственность — это когда мы чувствуем взаимосвязь между своими действиями и результатом, когда умеем регулировать свое поведение, можем влиять на ход событий. Ответственность — это не вина, а уверенность в себе.

Что происходит, если мы стыдим и навязываем чувство вины? Ребенок начинает думать, что он плохой, никудышный, никчемный. «А если я такой, то что с меня взять?» Парадокс: желая призвать к ответственности, на самом деле укрепляется безответственность, неуверенность в себе.

Что делает виноватый? Корит себя.

Раскаивается. Просит прощения. Зализывает раненую

самооценку (или ковыряет рану еще больше — зависит от тяжести случая).

Что делает ответственный? Исправляет ошибку.

> А если бы у тебя была машина времени и ты мог вернуться в прошлое, что бы ты самому себе посоветовал?

Нет ничего плохого в том, чтобы просить прощения. Плохо, когда этим все и ограничивается, без исправления ошибок. Еще хуже, когда человек увязает в чувстве вины и начинает ощущать себя, как «неправильного». Это блокирует энергию, которую можно было бы направить на исправление ошибок.

Представьте менеджера, допустившего ошибку в работе. Ответственный менеджер проанализирует причину возникновения ошибки, исправит ее и внесет поправку в бизнес-процесс, чтобы минимизировать риск повторения. Если же менеджер с головой погрузится в чувство вины: «Да как я мог! Я всех так подвел! Не могу себе этого простить!» — то это помешает здоровой концентрации внимания. В результате он не только не исправит ошибку, но еще и новых наделает. Потом ему станет стыдно за себя, и он уволится, потому что «недостоин занимать эту должность».

> Ах, какие сладкие созависимые отношения можно построить на вечном чувстве вины и обиженности.

Взрослые подменяют ответственность чувством вины, когда, шумно обвиняя, не дают ребенку возможности исправить ошибку. Или когда заставляют ребенка просить прощения, не разобравшись в ситуации: «Ах ты, бессовестный! Ты зачем Мишу ударил? Сейчас же проси прощения!»

Если для родителей вполне достаточно раскаяния ребенка («Ну, прости», — отмахивается подросток), со временем возникает привычка снимать с себя ответственность демонстрацией раскаяния. Во взрослой жизни то, что ты чувствуешь себя виноватым, никого не интересует (разве что таких же «раненых виной»). Во взрослой жизни важно исправить ошибку, сделать выводы и не допускать повторения ситуации. Картинно изображать раскаяние — это глупо и смешно, и к таким людям относятся соответственно. Вам ведь наверняка встречались такие взрослые, которые раскаиваются, потом повторяют проступок, снова раскаиваются, и так до бесконечности? Эти люди вырастают из «виноватых» детей, которые так и не поняли разницу между виной и ответственностью. «О! Я бесконечно

виноват перед тобой! Прости, прости, прости…» — а потом снова по тому же месту.

Чувство вины очень похоже на чувство стыда, и они часто шагают рядом. У них есть общее — и то, и то произрастает из неуверенности в себе. Но есть разница. Вина — это восприятие своих действий, стыд — это восприятия самого себя. «Я виноват в том, что совершил. Мне очень стыдно от того, что теперь обо мне подумают».

> Когда мы стыдим и навязываем чувство вины, ребенок думает, что он плохой, никудышный, никчемный.

Еще чувство вины похоже на чувство обиды. Обиду часто демонстрируют, чтобы другой почувствовал себя виноватым. Как вина, так и обида — инструменты манипуляции, которых не должно быть в здоровых отношениях. «Он меня обидел, и я буду старательно изображать обиду, чтобы он понял, насколько виноват, пусть помучается. А я его прощу, когда он очень красиво изобразит раскаяние». Игры в «вину-обиду» заменяют нормальную работу над отношениями и личностное развитие. (Ах, какие сладкие созависимые отношения можно построить на вечном чувстве вины и обиженности. Но это уже другая история…)

Учите ребенка ответственности, не навязывая ему чувство вины и стыда. Для этого ваши сообщения (слова) не должны содержать оценки самого ребенка («Ты плохой! Ты безответственный! Ты неряшливый!»). Можно выразить свое отношение к его действиям через Я-сообщения. Отделяйте свои чувства от действий ребенка. Не «ты позоришь меня», а «я чувствую себя некомфортно, у меня появляется чувство неловкости». Не «ты меня расстраиваешь», а «я расстраиваюсь, когда…» Не анализируйте проступки ребенка при свидетелях. «Разбор полетов» только тет-а-тет. Иначе прививается чувство стыда, а не ответственность. Разница в чем? Ответственность — это уверенность. Стыд — неуверенность.

✓ Всегда помогайте ребенку понять взаимосвязь между его действиями и результатом.

✓ Учите личным примером. Сами избавьтесь от чувства вины и стыда. Оставьте только ответственность — этого вполне достаточно.

✓ Не приучайте формально просить прощения, а направляйте мысль ребенка в русло: «Что же случилось? Почему это плохо? Как теперь исправить ситуацию?»

✓ Задавайте ему вопросы: «Как ты думаешь, что чувствует

человек, с которым ты так поступил?», «Что бы ты чувствовал на его месте?», «Чего бы ты хотел на его месте?», «Что ты теперь можешь сделать, чтобы все исправить?»

Воспитание в стиле коучинг

Вообще, вопросы я задаю чаще, чем даю прямые указания. Профессиональный подход психолога сказывается и на обычном общении. В консультировании исключается возможность давать клиентам советы и прямые указания к действиям. Но я могу задать вопросы, помогающие прояснить ситуацию, понять свои намерения, принять решение. Особенно если применяется коучинг-подход.

По первому образованию я педагог. По второму — психолог-консультант с дополнительной подготовкой в области коучинга. Для себя я так обозначила разницу подходов: коуч (наставник, тренер) отличается от педагога тем, что не дает четких инструкций и готовых алгоритмов решения. Коуч не говорит: «Надо делать так, а вот так делать не надо». Коуч создает условия для того, чтобы человек **сам** понял, что ему надо делать.

Четыре базовых этапа коучинга

✓ Постановка цели: «Чего ты хочешь?»

✓ Анализ текущего момента: «Что ты имеешь на настоящий момент? Что сейчас происходит?»

✓ Выстраивание дальнейшего движения: «Что можно сделать?»

✓ Непосредственная реализация: «Что ты будешь для этого делать сегодня?»

Когда мой внутренний психолог познакомился с коучингом, мой внутренний педагог сказал: «Круто! Это же можно применять и при воспитании детей!»

Со стороны родителя коучинг-подход подразумевает следование за интересами ребенка. Родитель все меньше указывает, что делать и все больше предоставляет ребенку возможностей для поиска и исследования. Ребенок исследует свои желания, свои выборы, берет на себя смелость принятия решений и ответственность за последствия. В коучинг-подходе создается атмосфера сотворчества родителя и ребенка.

Ключевым элементом в коучинг-подходе является ориентирование ребенка с помощью «волшебных вопросов».

М-А-А-М!
ЧЕГО ТЫ ХОЧЕШЬ?
ПОПИТЬ
И... ЧТО ИМЕЕШЬ НА СЕГОДНЯШНИЙ МОМЕНТ? ЧТО ВИДИШЬ ВОКРУГ ДЛЯ ОСУЩЕСТВЛЕНИЯ СВОЕЙ ЦЕЛИ?
ВИЖУ СТАКАН И ГРАФИН ВОДЫ
ЧТО МОЖНО СДЕЛАТЬ ДЛЯ ОСУЩЕСТВЛЕНИЯ ТВОЕЙ ЦЕЛИ?
НАЛИТЬ ВОДЫ В СТАКАН
ЧТО ТЫ БУДЕШЬ ДЕЛАТЬ ПРЯМО СЕЙЧАС?

«Волшебные вопросы», направляющие ребенка

✓ Что ты хочешь?

✓ А зачем тебе это?

✓ Представь, что ты уже получил то, что хочешь. Что ты будешь с этим делать? Сколько ты будешь этому радоваться? Ты точно этого хочешь?

✓ Как ты думаешь, почему у тебя этого нет?

✓ Что может повлиять на изменение ситуации?

✓ Что ты будешь делать?

✓ Что еще?

✓ Какие могут быть последствия для тебя и других?

✓ Что для тебя в этом самое трудное?

✓ Кто и чем тебе может помочь?

✓ Кто или что тебе может помешать? Можешь ли ты это как-то предупредить?

✓ Что бы ты посоветовал другому, окажись он на твоем месте?

✓ Представь диалог с самым мудрым человеком, которого ты знаешь. Что он скажет тебе делать?

✓ Я не знаю, что делать дальше. А ты как думаешь?

✓ Если бы так сказал или поступил кто-то другой, что бы ты почувствовал, подумал? Что бы ты потом сделал?

✓ В чем ты выиграешь, а в чем проиграешь, если так сделаешь?

✓ Что ты для этого должен уметь? Где ты сможешь получить этот навык?

✓ Какие знания тебе нужны? Где и как можешь получить эти знания?

✓ Когда ты начнешь это делать?

✓ Ты точно достигнешь при этом своей цели?

✓ Какие возможны трудности и препятствия?

✓ Что будешь делать в этом случае?

Пример использования вопросов (разговор между мамой

и сыном).

— Я хочу игровую приставку.

— Зачем?

— Буду играть. Это весело. У всех моих друзей уже есть такая приставка.

— А почему у тебя все еще ее нет?

— Потому что ты не покупаешь!

— А почему я не покупаю?

— Потому что у тебя денег нет.

— Совсем-совсем нет?

— Есть, но на приставку ты их не потратишь.

— А почему?

— Потому что ты их тратишь на другие вещи.

— На какие?

— Наверное, на более нужные.

— Что может изменить ситуацию?

— Может, мы будем меньше тратить?

— От чего ты готов отказаться ради приставки?

— От кино и конфет.

— Ты можешь посчитать, сколько сэкономишь за месяц таким образом?

— Около тысячи.

— А сколько месяцев такими темпами ты будешь копить на игровую приставку?

— Полтора года.

— Ты можешь подождать полтора года? Ты готов прожить полтора года без кино и конфет?

— Есть еще идеи?

— Тебе надо больше зарабатывать.

— Прекрасно. Можешь подсказать, как мне больше зарабатывать?

— Больше работать.

— А где мне взять на это время?

— Что-то другое не делать.

— Например? Не спать, не есть, не отдыхать я не могу. Куда еще уходит мое время?

— Ты еще ходишь в магазин, готовишь, моешь посуду.

— Что еще?

— Еще пылесосишь.

— Что из этого я могу не делать? Кто будет делать это вместо меня?

— Я могу пылесосить, мыть посуду.

— Супер! Я как раз собиралась покупать посудомоечную машину. Она стоит столько же, сколько игровая приставка. Но

если посуду будешь мыть ты, то машина мне не нужна. Ты готов мыть посуду каждый день, если мы купим игровую приставку?

— Конечно!

— Ты готов мыть полгода посуду, пока я снова не накоплю на машину?

— Готов.

— А если ты не выполнишь договоренность? Если я куплю игровую приставку, а ты откажешься мыть посуду? Как мне тогда поступить?

— Ну, будет честно, если ты заберешь у меня приставку.

— А если ты наиграешься за два дня, приставка тебе надоест и ты перестанешь мыть посуду? У меня тогда не будет ни денег на машину, ни чистой посуды. Что я буду чувствовать? Что бы ты почувствовал на моем месте?

— Что меня обманули.

— Ты будешь дальше продолжать верить человеку, который тебя обманул?

— Нет.

— Ты будешь с ним еще о чем-то договариваться, что-то для него делать?

— Нет.

— У тебя будут еще какие-то желания после того, как ты получишь приставку?

— Конечно.

— То есть ты понимаешь, что если ты нарушишь условия нашей договоренности, то дальнейшие твои желания я не буду выполнять? Ты понимаешь, что в твоих интересах выполнить условие договора?

— Конечно.

— Что может помешать тебе выполнить условие?

— Я могу устать.

— И как ты предполагаешь решать эту проблему?

— Давай у меня будет выходной от посуды в воскресенье.

— Хорошо. Может, предварительно потренироваться, примерить на себя, как это будет для тебя — мыть посуду каждый день? Вдруг через неделю ежедневного мытья посуды ты решишь, что приставка тебе такой ценой не нужна?

— Давай.

> Когда мой внутренний психолог познакомился с коучингом, мой внутренний педагог сказал: «Круто!»

На самом деле так и получилось. Через неделю сын сам согласился, что посудомоечная машина нужнее приставки, что лучше он еще какое-то время поживет без дорогой игрушки, но

мыть посуду каждый день он не хочет.

Можно было бы быть краткой: «Нет! Сначала я куплю нужную мне машину». Но это не избавило бы меня от его недовольства и периодического нытья: «Ну, купи…»

* * *

Этот диалог я опубликовала в своем блоге, он быстро разлетелся по Сети, потерял авторство и собрал шквал критики.

«Ребенок не сможет выдержать такой диалог».

«Неправдоподобный диалог. Автор никогда не видел детей!» «Нормальный ребенок отмахнется и уйдет уже после второго вопроса!»

«Ой, ну ответы же могут быть совсем другими. Не факт, что получится прийти именно к такому решению».

«Зачем устраивать ребенку такой вынос мозга! Почему бы просто не купить ребенку то, что он хочет?»

Зачем? Ребенок получил опыт решения жизненной задачи.

Конечно, ответы могут быть другими.

И итоговая договоренность другой, главное, чтобы она устраивала обе стороны. В этой ситуации нет универсального правильного решения. Но такой диалог должен состояться обязательно.

> Может, предварительно потренироваться, примерить на себя, как это будет для тебя — мыть посуду каждый день?

Меньше нотаций и распоряжений — больше вопросов. Когда ребенок часто слышит вопросы, он не только учится на них отвечать. Он еще учится задавать вопросы самому себе и искать на них ответы — очень важный навык для взрослой жизни. А чтобы в одиннадцать лет ребенок был способен на такие «неправдоподобные» диалоги, с ребенком нужно разговаривать. Но начинать задавать ему вопросы не в одиннадцать лет, а существенно раньше.

Примеры диалогов с четырехлеткой.

— Мам, где мои сапоги?

— А где они могут быть?

— Не знаю.

— А где они обычно стоят?

— На пороге. Но я их не вижу.

— А если внимательней посмотреть?

— Ой, они тут стоят.

* * *

Ситуация при выходе из магазина.

— Мама, открой мне сок.

— Не могу, у меня руки пакетом заняты. Как мне освободить руки?

— А ты поставь пакет.

— Не могу, тут грязно. Есть еще идеи?

— А давай, я подержу пакет, а ты откроешь мне сок.

— Давай.

* * *

Ситуация на кухне.

— Мама! А давай сегодня манник сделаем не обычным, а шоколадным!

— Давай, только как мы его сделаем шоколадным?

— А мы вместо обычного масла положим шоколадное!

* * *

Вышли из садика.

— Я хочу Матвея к нам в гости!

— Как Матвей об этом узнает?

— Надо ему сказать!

— Он может сам взять и прийти к нам?

— Нет, его папа или мама приведут.

— Как они нас найдут?

— Надо его родителям сказать наш адрес!

— А как ты предлагаешь сказать адрес?

— Ты им по телефону скажешь.

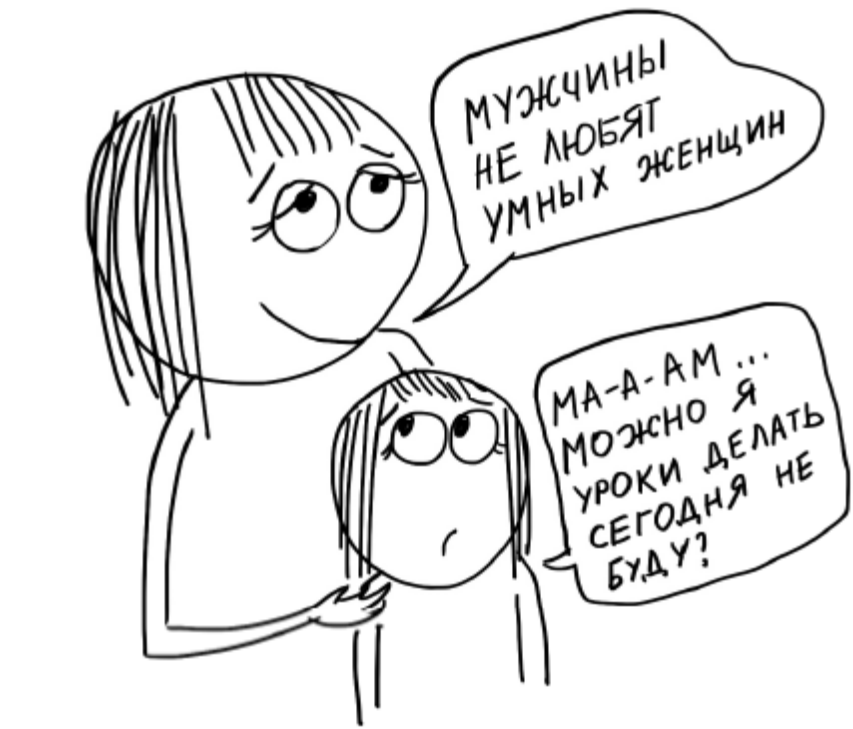
— У меня нет номера телефона родителей Матвея. Есть идеи, как узнать номер?

— А давай ты придешь завтра пораньше за мной, и мы подождем, когда придут родители за Матвеем. Вы встретитесь и договоритесь.

✓ **Если не всегда давать ребенку конкретные указания и готовые решения, а задавать вопросы, то это здорово развивает мозг в направлении поиска решений.**

Нужна ли девочкам самостоятельность?

Я не раз сталкивалась с таким мнением, что самостоятельность важно развивать только в мальчиках. Мол, им потом быть главой семьи, нести за семью ответственность. А девочка должна быть нежной и послушной, ее сила — в ее слабости. Мальчикам — принимать решение. Девочкам — соглашаться. Поэтому самостоятельность девочки можно ограничить развитием бытовых навыков: приготовить, прибраться. И научить волшебной фразе: «Да, милый, как ты скажешь». А самостоятельное мышление, самостоятельная воля, самоопределение и самодостаточность — это то, что помешает ей выйти замуж. И вообще в идеале, чтобы девочку из родительской семьи сразу брали замуж.



Мне сложно с этим согласиться. Не исключено, что семьи с послушными женами-девочками действительно более крепкие и менее подвержены разводам. Но при этом можно ли однозначно сказать, что они более счастливые? Есть разница: быть в отношениях вследствие личного выбора, зная, что лично тебе в них будет комфортно, и быть в отношениях из страха остаться одной: «Сама я не справлюсь».

Если рассматривать самостоятельность шире, чем наличие бытовых навыков, то это про самодостаточность и целостность. Целостный человек предпочтет выстраивать отношения с целостными людьми. Такие люди вступают в отношения с желанием делиться, они обогащают внутренний мир друг друга. Несамостоятельный человек вступает в отношения с желанием брать, потому что сам испытывает личностный дефицит. Он занимает детскую позицию, которую можно обозначить как «Дай мне». В таких отношениях много претензий и обид. Очень часто это отношения двух великовозрастных детей с постоянными ссорами по сценарию «Не дашь мне машинку, я с тобой играть не буду». Также это могут быть отношения «ребенок и родитель», развивающиеся по сценарию «Будешь хорошо себя вести, получишь новую игрушку». Даже если оба участника отношений получают свой выигрыш от подобных манипуляций, я бы не назвала такие отношения гармоничными.

Прежде чем строить отношения с кем-то, человек должен выстроить отношения с самим собой. Понять себя, ответить на вопросы: «Кто я? Какая я? Чего я хочу от отношений? Какой мне нужен партнер? Что я могу ему дать?»

Послушная девочка, которая сама ничего не решает, вряд ли сможет это сделать. За нее уже все решили: кто она, какой должна быть, какая ее роль в отношениях, какой ей нужен партнер. Шансы на отношения, безусловно, велики. А вот шансы на счастье?

Самостоятельная девочка, став взрослой, тоже может говорить: «Да, милый, как ты скажешь», — но только потому, что она сама тоже так считает, а не потому, что у нее нет в запасе другого речевого файла.

Финансовая самостоятельность

Приходит время, и ребенок начинает жить один. Например, уезжает на учебу в другой город. Но при этом он живет на деньги родителей. Это первый урок финансовой самостоятельности. Молодому человеку нужно грамотно распорядиться своими средствами. Так, чтобы денег хватило до следующего пополнения его кошелька из кармана родителя.

В студенческие годы, общаясь со сверстниками, я выделила для себя четыре типа людей:

✓ те, которые деньги вообще не считают, потому что поток изобилия из родительского кармана не ограничен ни суммами, ни временными отрезками;

✓ те, которые деньги не считают в первый день после их

поступления. А потом денег просто нет. Они ходят по гостям в надежде, что в гостях их накормят или дадут денег в долг;

✓ те, которые деньги считают. Им всегда хватает денег до следующего пополнения кармана;

✓ те, которые помимо того, что считают деньги, имеют привычку создавать накопления. Финансовую подушку безопасности. На всякий случай.

Предсказать вероятное финансовое поведение студента можно уже по поведению десятилетки, которому в руки попала некая денежная сумма. Например, кто-то из взрослых сделал подарок ко дню рождения деньгами.

✓ Ребенок может пойти и сразу истратить всю сумму на то, что на глаза попадется.

✓ Ребенок может взять несколько дней на раздумье, поприкидывать, что ему хочется и на что хватит имеющейся суммы.

✓ Ребенок может положить деньги в копилку, потому что копит на что-то дорогое и важное для него.

✓ Ребенок может положить деньги в копилку, потому что деньги в копилке сами по себе приносят ему некое удовлетворение и успокоение: «А вдруг потом чего-нибудь очень захочется, а у меня как раз деньги есть».

Это очень похоже на то, как пятилетний товарищ распорядится подаренным на Новый год мешком конфет, если его не будут ограничивать взрослые.

Может сразу слопать все сладости.

Может растянуть удовольствие и будет несколько дней есть по чуть-чуть.

Может съесть немного, а остальное спрячет, потому что очень приятно знать, что у тебя где-то в укромном уголке лежат конфеты.

> Я не раз сталкивалась с таким мнением, что самостоятельность важно развивать только в мальчиках.

И это очень похоже на то, как трехлетки в детском саду распоряжаются выданной на полдник конфетой по случаю праздника. Большинство детей съедают конфету сразу. Но в каждой группе находится такой, кто унесет конфету к себе в шкафчик. А далее сценарий может развиваться по-разному. Ребенок съест конфету чуть позже. Или растянет удовольствие: откусит кусочек, оставшееся завернет в фантик и уберет в шкафчик — конфета «уйдет» за пять подходов к шкафчику. Или

ребенок дождется, когда остальные дети съедят свою конфету, а потом демонстративно вытащит свою и приступит к пиршеству; при этом он будет наслаждаться не только вкусом конфеты, но и вниманием, потому что кто-то из детей в этот момент обязательно будет завистливо смотреть ему в рот. Или ребенок унесет конфету домой.

Предпочитаемая модель поведения во многом зависит от натуры ребенка. Натура — совокупность врожденных особенностей — то, что существует еще до формирования характера. Но, с другой стороны, рациональное обращение с ресурсами можно натренировать как навык. И даже нужно тренировать как навык, особенно если вы замечаете, что ваш ребенок из тех, кто любит ресурс использовать сразу, не думая о будущем. Причем начинать лучше не тогда, когда ребенок уже в статусе студента и живет в другом городе, а существенно раньше.

Можно время от времени предлагать старшеклассникам решать жизненные задачи на финансовое планирование.

Вот пример финансовых квестов.

✓ *Как, имея определенную сумму, накормить семью завтраком, обедом и ужином.* Требуется составить меню, прикинуть, что нужно купить и на какую сумму. При необходимости меню надо подкорректировать.

✓ *Как, имея определенную сумму, устроить незабываемый День рождения.* В условиях ограничения финансов можно прийти к пониманию, что счастье не

в деньгах, а в творчестве. Что для хорошего настроения не нужно много денег, а нужно много интересных идей и много веселых друзей.

✓ *Как, имея определенную сумму, обновить свой летний гардероб.* Купить чуть-чуть и дорого? Или много всего, но подешевле? Или купить ткань и что-то сшить самостоятельно?

✓ *Как, имея определенную сумму, спланировать отпуск для всей семьи или экскурсию выходного дня?* Подсчитать расходы на трансфер, на проживание, на питание, на экскурсию. На чем можно сэкономить?

Фиксированная сумма на карманные расходы школьнику. Сначала раз в неделю. Потом сумма становится больше, но выдается раз в месяц. Ребенок сам распоряжается деньгами. Его задача распределить деньги так, чтобы хватило на весь этот период времени. Задача родителей устоять и не выдать деньги раньше в случае слезного натиска наследника из серии «Дай еще денег».

Большинство детей съедают конфету сразу. Но в каждой группе находится такой, кто унесет конфету к себе в шкафчик.

Фиксированная сумма на детские прихоти для ребенка дошкольного возраста. Какая-то определенная сумма на неделю. На руки деньги не выдаются, но сумма подсчитывается. Хорошая, кстати, тренировка устного счета: «Сегодня я истратил столько-то рублей из „моих“ денег и вчера столько-то, значит, у меня еще осталось столько». Регулировать спонтанные детские «хотелки» так очень удобно — экономятся нервные клетки родителей: сумма в бюджете семьи, которую можно потратить на «ой, я хочу такое», заранее определена, моральное примирение с расходами в голове родителей уже произошло. Так что можно спокойно сказать в магазине: «Не вопрос, я куплю тебе пятидесятого динозавра или двадцатого робота. Но на твои деньги». В этот момент помимо эмоционального «хочу» у ребенка включается мозговая активность. Бывает так, что, прикинув, сколько же «своих» денег останется после покупки динозавра, ребенок говорит: «Нет, я передумал» — и это его самостоятельное решение.

Для детей двух-четырех лет ограничение ресурсов может быть количественным. Например, проблема моментального заполнения продуктовой тележки всякого вида сладостями при походе в супермаркет у нас решалась озвученным на входе правилом: «Я готова купить только две вкусняшки». Ребенок схватил мороженое и положил в тележку. Потом шоколадное печенье. Потом коробку зефира. Стоп! Это уже третья сладость. Что-то нужно выкладывать. Перед ребенком возникает необходимость выбора. Печенье возвращается на полку. Но потом мы встречаем мармелад, и на полку возвращается зефир. Мороженое остается неизменным фаворитом. Так ребенок учится распоряжаться имеющимися ресурсами. А умение рационально использовать ресурсы — необходимая составляющая финансовой самостоятельности.

Заключение

Моей профессиональной деятельности уже почти два десятка лет.

Я была воспитателем в детском саду.

Я была учителем в школе.

Я была преподавателем в колледже.

Я участвовала в проектах по оценке персонала крупных российских компаний.

Я психолог-консультант.

Возрастной охват людей, с которыми мне приходилось работать, от двух до пятидесяти лет. Такая обширная аудитория позволила мне провести аналогии между развитием компетенций у детей дошкольного возраста и у взрослых людей, претендующих на руководящие должности: как связаны навыки самообслуживания в два года и управленческие навыки в двадцать.

Способность анализировать информацию, принимать решения и нести за них ответственность не упадет внезапным озарением на человека в двадцать лет.

Способность рационально использовать ресурсы, извлекать из имеющегося потенциала максимум возможностей — тоже.

Способность решать конфликты и выбирать деловых партнеров берет истоки в раннем детстве.

Как и способность генерировать идею, планировать результат, предсказывать риски.

Все эти способности вырастают из возможности выбирать, пробовать, делать ошибки и анализировать их.

Все эти способности вырастают из родительской спокойной уверенности и готовности поддержать выбор ребенка.

Все эти способности вырастают из родительской готовности отпустить. Сначала в самостоятельное ползание. Затем в самостоятельную жизнь.

Все эти способности вырастают из готовности детей уходить в самостоятельную жизнь.

Но прежде надо научиться делать самостоятельный выбор. Постепенно.

Вооружившись инструментами самоконтроля.

Действуя из личной заинтересованности.

Главное — отключить повышенную родительскую тревожность и перфекционизм.

Принять своего ребенка не как свое продолжение, не как расширение своего эго, а как самостоятельную личность, у

которой есть свои желания и потребности.

Принять себя как самостоятельную личность, у которой есть свои желания и потребности.

Родители — это не приложение к ребенку, и они не должны зациклиться на том, чтобы обслуживать его интересы.

Становление самостоятельности, независимости ребенка невозможно без становления самостоятельности, независимости родителей.

Воспитывая детей, мы воспитываем себя. В этом двустороннем процессе всегда много вопросов.

А в вопросах всегда много потенциала для развития.

Хорошо, когда при воспитании звучит больше вопросов, чем готовых указаний.

Задавайте вопросы детям. Задавайте вопросы себе. На диалогах строятся отношения.

ОТНОШЕНИЯ — ВАЖНЕЕ ПРИНЦИПОВ.
ЛЮБИТЕ ДРУГ ДРУГА!

ТАБЛИЦА НАВЫКОВ 1

НАВЫК	АКТУАЛЬНОСТЬ	ВОЗМОЖНОСТЬ	ПРИОРИТЕТНОСТЬ

ТАБЛИЦА НАВЫКОВ 2

НАВЫК	ПН	ВТ	СР	ЧТ	ПТ	СБ	ВС

Развивающие занятия «ленивой мамы»

РАЗВИВАЮЩИЕ ЗАНЯТИЯ «ЛЕНИВОЙ МАМЫ»

Введение

Сегодняшние мамы и папы очень озабочены развитием своих детей. И это прекрасно. Они планируют отдать их сначала в продвинутый детский сад, потом в супершколу, в кружок, развивающий центр и далее по кругу.

Но для развития не всегда нужны специальные пособия, специальные методики, специально оборудованные классы и специально подготовленные педагоги. Достаточно присутствия заинтересованного в развитии малыша взрослого: это могут быть мама, папа, бабушка или няня. И тогда любая прогулка превратится в познавательную, а обычное пластмассовое ведерко и совок станут суперразвивающими в руках у взрослого, который с их помощью продемонстрирует ребенку самые необыкновенные опыты.

Часть 1

ТАК КАК ЖЕ ВСЕ-ТАКИ РАЗВИВАТЬ РЕБЕНКА

«Копай, зайка, копай!»

#развиватьлегко
гденайтивремянаразвитие
животныеназеленомфонеисобаканасеромасфальте

Однажды на площадке, гуляя со своим ребенком, я случайно стала свидетельницей разговора двух мам. Мамы стояли в паре шагов от меня, а их детки ковыряли еще не до конца оттаявший после зимы песочек пластмассовыми совочками рядом с моим сыном. Одна мама жаловалась другой на катастрофическую нехватку времени на то, чтобы заниматься с ребенком, а вторая согласно кивала.

— Стирка да готовка — вот и день прошел, — печально выдохнула первая мама, а потом обернулась к своему ребенку, чтобы обозначить свое присутствие: — Копай, зайка, копай! — И вернулась к разговору с приятельницей. — Лето впереди, а летом опять не до занятий…

— Да какие летом занятия? Лучше на улице больше гулять. Хоть какая-то польза для здоровья, — закивала вторая мама.

— Вот осенью она у меня в садик пойдет, там и разовьют. В садике педагоги с детьми по программе занимаются.

— А мы не пойдем в садик. Буду для своего школу развития искать.

— Да ладно, было бы что в голове, а развить и потом можно. Копай, зайка, копай.

«Зайка» засмотрелась на собаку, лежащую на островке сухого асфальта. Собаку сморило весеннее солнце, она лежала, положив голову на лапы, и ленивым взглядом следила за нахальными воробьями, таскавшими хлебные крошки у нее из-под носа. А мамы продолжали беседовать.

— Я тут карточки купила по какой-то системе, забыла, как называется. На карточках разные животные и птицы. Цвет фона отличается, поэтому сразу понятно, кто из какой группы. Животные на зеленом фоне, а птицы — на голубом. Только опять все упирается в нехватку времени. Это ж надо время найти, чтобы сесть, карточки разложить и все ей объяснить. А целый день такая круговерть, сама знаешь. Копай, зайка, копай!

Вот соседская Любочка уже знает, кто такая капибара... А Мишенька не-ет...
Ну, Маш... не расстраивайся! Я тоже не знаю, кто такая капибара

«Зайка», услышав мамино напутствие, отвлеклась от наблюдения за собакой и воробьями, которые, не считаясь с логикой карточек, вели свою жизнь на сером, вытаявшем из-под снега асфальте, и продолжила копать. Яркий пластмассовый совочек погрузился в ямку, зачерпывая песок. Песка было немного. Докопав до асфальта, девочка принялась копать новую ямку, не сходя с места. Вокруг нее было уже четыре ямки.

Интересно, знает ли «зайка», что ямок вокруг нее именно четыре? Какая из этих ямок глубже, какая шире, больше? Какого цвета у нее совок? Какого цвета ведерко? Какого цвета ведерко у мальчика, что играет рядом? У кого из них ведро больше? Как зовут этого мальчика? А вон того, что рядом копается? Сколько им лет? Кто из них старше? Чья это собака? Почему птички таскают у нее хлеб? Знает ли она, что эти шустрые гомонящие птички называются воробьи, а те, что побольше, — голуби? Как много могла бы рассказать ей мама. Но мама во время прогулки рассказывает другой тете о том, что ей некогда заниматься с ребенком, и встречает при этом полное понимание. «Копай, зайка, копай!..» Мама надеется на садик — «там педагоги», а тетя советует маме, в какую школу раннего развития лучше водить ребенка с первых дней осени. А впереди еще целое лето.

Лето, однако, не повод откладывать развитие ребенка до осени. Тем более что для развития вовсе не нужны специальные пособия, специальные методики, специально оборудованные классы и специально подготовленные в развитии малыша

педагоги: это могут быть мама, папа, бабушка или няня. И тогда каждая прогулка превратится в развивающую. Достаточно присутствия заинтересованного взрослого.

Самая обычная развивающая прогулка

#развиватьлегко
вниманиеребенка
отмелкоймоторикидоразвитиялогикинаберегулужи

ОДИН-два-три-четыре-пять,
Мы с тобой идем гулять!

Именно «один», а не «раз», как принято в считалочках. Потому что правильно — один. Потому что цифра называется «единица», а не «разница».

* * *

Мы с сыном хором считаем ступеньки, поднимаясь или спускаясь по лестнице. А так как мы живем на четвертом этаже, то за один спуск (как и за один подъем) мы шесть раз считаем до девяти. Каждый раз мы весело удивляемся, дойдя до конца очередного пролета: «Надо же, опять девять ступенек! Всегда девять! Везде девять!» И делаем вывод, что на каждой лестнице ступенек поровну, одинаковое количество.

Считать до девяти в два года? Легко! Если это весело, то вовсе не трудно, а наоборот, увлекательно. Чтобы в голове ребенка счет не был связан только со ступеньками, можно считать все, что встретится на прогулке: шишки, камушки, палочки, да хоть ведерки в песочнице. И считать можно не только до девяти. А еще можно выкладывать сокровища, обнаруженные на прогулке, по размеру: от самой большой шишки к самой маленькой, от самой длинной палочки к самой короткой. Чтобы сформировать у ребенка понятие размера, учебные пособия не нужны. Зачем они, когда кругом столько всего, что можно потрогать, переместить, приложить друг к другу, то есть сравнить опытным путем.

Познание через чувственный опыт — самый правильный подход к развитию ребенка в раннем возрасте. Для этого маме (бабушке, няне) достаточно быть эмоционально включенной в происходящее и следовать за интересом ребенка.

Ребенок не проявляет интереса к развивающим занятиям?

Неусидчивый малыш категорически не хочет сидеть за столом и смотреть в книгу, которую показывает ему мама? Это нормально. Малыш увлекся лужей? Это тоже нормально. Напротив, было бы ненормально, если бы ваш ребенок проявлял полное равнодушие к лужам.

Если я вижу, что энергия интереса моего сына направлена на лужу, значит, мы будем вдвоем исследовать лужу. Измерять палочкой ее глубину. Измерять шагами ее ширину. Кидать в лужу камни и хохотать при виде брызг, разлетающихся в разные стороны. Еще мы будем спускать на воду разные найденные предметы, тестируя их на плавучесть. Пробка от бутылки — поплывет или потонет? А как поведет себя в воде щепка?

Из случайно обнаруженного в кармане чека из банкомата я сворачиваю маленький кораблик. Это еще как минимум двадцать минут, проведенных возле лужи. Целых двадцать минут? Что можно делать с бумажным корабликом такую прорву времени? А вот что. Пускать в дальнее плавание. Читать вслух стихи о корабликах, посвящая их отважным путешественникам, — это развитие речи. Ой, да у нас кораблик плывет без команды на

борту! Не проблема, опавшую сосновую хвою мы превратим в отряд мореплавателей — это развитие фантазии. Каждую хвоинку мой сын погружает на кораблик аккуратно, по очереди, удерживая ее двумя пальчиками, — это развитие мелкой моторики. Теперь подсчитаем членов отважной команды моряков — развитие навыка счета. Подуем на кораблик, изображая шквальный ветер, — артикуляционная гимнастика, развитие речевого аппарата. Еще пару раз прочитаем стихотворение про кораблик — развитие памяти. Из чего бы еще нам сделать кораблик? Обнаруживаем под скамейкой обертку от шоколадки — развитие наблюдательности, а заодно и развитие логики через установление причинно-следственных связей: обертка — это тоже бумага, как и чек, а значит, из нее можно свернуть просто отличный кораблик.

> Еще мы будем спускать на воду разные найденные предметы, тестируя их на плавучесть. Пробка от бутылки — поплывет или потонет? А как поведет себя в воде щепка?

И вот на нашем море, то есть на поверхности лужи, от которой сына теперь не оторвать, появляется большой пиратский корабль. Естественно, начинается морской бой. Наша задача защитить корабль с хвоинками-путешественниками от пиратов, и мы начинаем кидать маленькие камушки в лужу, целясь в пиратское судно, — развитие меткости. Затем с помощью палочки мы извлекаем оба кораблика из лужи и отправляем сушиться под ярким весенним солнышком на скамейку. Подойдем через какое-то время и посмотрим, что изменилось. Это — изучение свойств воды.

Вот такая развивающая лужа. Вот такая развивающая прогулка. Специально отведенного времени на развивающие занятия — ноль. Специально выделенных средств из семейного бюджета на приобретение развивающих пособий — ноль. Как видите, мы обошлись подручными и подножными средствами. Задействованные ресурсы — фантазия взрослого и его готовность

следовать за интересом ребенка.

А могло бы быть и по-другому: «Ой, не надо! Не лезь в лужу!» (Есть у меня гипотеза, что, если не наиграться с лужами в два года, ребенок все равно наверстает недополученный опыт позже, лет, скажем, в десять. То есть в десять лет ему будет не до учебников, если важный опыт взаимодействия с лужами он упустит.)

Самая первая энциклопедия

#развиватьлегко
развивающиеигрушки

Мода на раннее развитие стимулирует рынок предлагать все новые товары для удовлетворения потребностей родителей. Именно так: потребностей родителей, но не детей. У родителей есть потребность в снижении своей тревоги: «Достаточно ли мы вкладываемся в развитие своего ребенка? Своевременно ли? Не опоздали ли мы с покупкой энциклопедии?»

У малышей потребности в энциклопедии нет. Всю необходимую информацию они бы предпочли получать из живого общения, из чувственного опыта.

* * *

Я часто бываю в книжных магазинах и каждый раз захожу в отдел развивающих пособий для малышей. Просто из любопытства. Что там еще придумали «развивающего», чтобы подстегнуть покупательский интерес? Далеко не все, что предлагается родителям, имеет отношение к развитию. Например, я видела странную энциклопедию для самых маленьких.

Раскрыла ее наобум и изумилась. Не помню уже, какая мысль первой пришла в мою бедную голову. То ли: «Как же легко люди зарабатывают на этом деньги», то ли: «Неужели это кто-то покупает?» На странице формата А4 было изображено человеческое ухо. В прямом смысле: одно ухо, отдельно от всего остального, во весь лист. И подписано: «У-ХО».

А на соседней странице — аналогичное изображение человеческого носа в профиль. И подпись — «НОС», чтобы никто не перепутал. Рекомендуемый возраст читателей энциклопедии:

1 год.

Кто это придумал и зачем? Годовалый ребенок не должен познавать мир по картинкам и читать (с помощью родителей) названия. Он должен знакомиться с частями тела, трогая себя и близких: ковырять в своем носу, хватать за нос папу или даже кусать его нос, дергать за уши.

Я с большой долей скепсиса отношусь ко всякого рода «развивающим» игрушкам. Потому что понимаю:

далеко не все из них действительно развивающие.

Через чувственный опыт, опираясь на зрение и осязание, он должен находить сходства и отличия. «У мамы тоже есть нос. Но он больше, чем у меня. А папин нос больше, чем у мамы. А еще у папы есть уши. Если сильно потянуть папу за уши, папа закричит, что ему больно. А если закрыть свои уши руками, что-то случится с маминым голосом» — вот это и есть познание мира, вот это и имеет отношение к развитию, это бесценный опыт, и притом бесплатный.

* * *

Я с большой долей скепсиса отношусь ко всякого рода «развивающим игрушкам». Потому что понимаю: далеко не все из них действительно развивающие. Точнее, не так. Если формулировать послание родителям правильно, то говорить нужно не «развивающая игрушка», а «игрушка, обладающая развивающим потенциалом» Развивает все-таки не игрушка, а общение со взрослым. Очень мало игрушек, которые могут что-то развить у ребенка сами по себе, без взаимодействия со взрослым. И это хорошо. Хорошо, когда дети и взрослые общаются. Хорошо, что невозможно обойтись без этого общения для полноценного развития ребенка.

Еще лучше, если взрослые это понимают. Обычное пластмассовое ведерко и совок могут стать суперразвивающими в руках у взрослого, который с их помощью продемонстрирует ребенку различные опыты, используя воду, песок, землю или снег. Что будет с песком, если его насыпать в ведро с водой? А что будет со снегом, если его положить в ведро с водой? Оказывается, снег не меняет цвет воды. И камни не меняют цвет воды. А вот земля меняет. Почему?

* * *

Развивающий потенциал игрушки напрямую зависит от развивающего потенциала взрослого, в руки которого эта игрушка попадает. А от чего зависит развивающий потенциал взрослого? От наличия у него творческого мышления, умения найти нужную информацию, от базовых знаний вообще и базовых знаний по психологии развития в частности.

ВАЛЕРА! ТЫ ВЗЯЛ РАЗВИВАЮЩИЕ ИГРУШКИ ДЛЯ МИШЕНЬКИ?
СЕЙЧАС ПОСМОТРЮ
СКРЕПКА, ТРИ ПУГОВИЦЫ И МОТОК НИТОК
ВАЛЕРА! ВОЗЬМИ ХОТЯ БЫ «БУКОВКИ» ПОВТОРИТЕ!

Всё. Этого достаточно. Ценность различных школ раннего развития я вижу только в том, чтобы помогать взрослым развивать этот потенциал у себя. Посыл правильной школы, наверное, должен быть таким: «Смотрите, развивать ребенка — это просто. У вас тоже получится. Попробуйте сами. Вы можете что-то подобное придумать и сделать дома».

Как выбрать школу развития

#развиватьлегко
школаразвития

В Интернете полно статей с аналогичным названием и схожими рекомендациями. Мой взгляд на эту проблему несколько отличается от распространенного, поэтому я и решила высказать свою, альтернативную точку зрения.

Все, что вы прочтете ниже, прежде всего адресовано тем, чьи

детки еще не достигли трехлетнего возраста. После трех лет критерии выбора развивающей школы будут уже другими. Принципиальная разница заключается в том, что до трех лет мамы обычно присутствуют на занятиях и имеют возможность лично оценить деятельность педагога: развивает он ребенка или нет.

По анализу сайтов для родителей, где фигурирует вопрос о «развивалках», как называют такие школы мамы, лидерами являются следующие «полезные» рекомендации.

1. «Попросите администратора показать вам документы на ведение образовательной деятельности».

А зачем, собственно? Развивающие и досуговые занятия для карапузов необязательно являются образовательной деятельностью и не всегда требуют лицензирования. Для прояснения советую обратиться к постановлению Правительства РФ «Об утверждении Положения о лицензировании образовательной деятельности». Вот выписка: «…Образовательная деятельность, осуществляемая путем проведения различных занятий и не сопровождающаяся итоговой аттестацией и выдачей документов об образовании, деятельность по содержанию и воспитанию обучающихся и воспитанников, осуществляемая без реализации образовательных программ, а также индивидуальная трудовая педагогическая деятельность **не подлежат лицензированию**». Вот так вот.

Одно время я работала в муниципальном детском садике, у которого не было лицензии на образовательную деятельность. (Детский сад был новый, только что открылся, и лицензия еще не была получена.) Наши воспитатели не имели права вести занятия по программе, утвержденной Министерством образования и реализующей Федеральный государственный образовательный стандарт для ДОУ. Но мы могли проводить досуговые занятия с детьми — петь, лепить, рисовать, играть — и делали это для обоюдного удовольствия: и нашего, и детей. Ни малыши, ни родители от отсутствия лицензии не страдали.

Когда я выбирала «развивалку» для своего старшего сына, меня меньше всего интересовало, есть ли у подходящего нам учреждения лицензия на образовательную деятельность. В гораздо большей степени меня интересовала личность педагога. Но и тут мои предпочтения шли вразрез с «классикой». Что там нам дальше рекомендует Интернет?

2. «Поинтересуйтесь, какие педагоги работают в школе развития. Потребуйте предъявить их дипломы об

образовании. Очень хорошо, если они имеют также дипломы о повышении квалификации».

Если честно, я никогда не видела дипломов педагогов, которые работали и работают с моими детьми. Не потому, что у них дипломов нет, а потому, что я не просила показать.

По моим наблюдениям, дипломом можно поинтересоваться только в том случае, когда чей-то непрофессионализм буквально бьет в глаза, порождая когнитивный диссонанс: «Как, неужели у этого человека есть диплом?» И кстати, если вам категорически не понравился проведенный педагогом урок, то вас вряд ли успокоит факт наличия десяти дипломов об образовании и повышении квалификации.

Работая в детском саду, я чистосердечно призналась родителям, что по первому диплому я преподаватель математики и информатики, а по второму — психолог, и знаете, их нисколько не смутило, что у меня нет «корочки» специалиста по дошкольному образованию. Диплом — хорошая вещь, но все-таки в некоторой степени формальность, бумажка. Говорят, при великом желании его и купить можно. А вот мозг не купишь и интеллект не спрячешь. Поэтому лучше выбирать педагога по рекомендациям, а еще лучше — по личному впечатлению после встречи с ним.

Продолжаем изучение рекомендаций.

3. «Очень хорошо, если у развивающего центра есть свой сайт в Интернете, где вы можете получить необходимую информацию о программе, методиках и стоимости занятий».

На мой взгляд, это пункт вообще можно проигнорировать. Лично я не вижу прямой связи между содержанием сайта и вовлечением ребенка в развивающий процесс. Основная задача сайта — цеплять клиентов. Если занятия в центре настолько хороши, если педагоги на уровне, то клиенты, как правило, приходят по «сарафанному радио», и сайт в таком случае может вообще отсутствовать за ненадобностью. К тому же за контент и продвижение сайта обычно отвечает администратор, а не те люди, что ведут занятия. Так бывает: сайт сделан на высоком уровне профессионализма, а сами занятия весьма и весьма посредственные. И наоборот тоже бывает: простенький сайт, но хорошие педагоги.

4. «Обратите внимание на материальную базу учреждения».

Комментируя эту рекомендацию, не могу не вспомнить о школе развития, которая была организована при нашем детском

садике. Для сада это был дополнительный заработок — как вы понимаете, материальная база у муниципального дошкольного учреждения весьма скудная, и пополнить ее можно как раз за счет таких вот нелицензированных услуг. Но, как говорится, голь на выдумку хитра.

Ситуацию со скудной материальной базой мы повернули так, что этот недостаток превратился в плюс. В пустой музыкальный зал мы приносили только те игрушки, которые были необходимы для занятия, а значит, дети не отвлекались ни на какие другие. Очень много дидактических пособий я изготавливала сама и попутно демонстрировала мамам, как можно превращать обычные бытовые предметы и даже то, что летит в мусор, в развивающие пособия: мозаика из пластмассовых крышечек, силуэтный театр из старой детской книжки, для развития слуха — баночки-погремушки из-под витаминок, наполненные разными материалами («Найди те, которые звучат одинаково»).

И ЧЕМ ТЕБЕ ПОНРАВИЛОСЬ ТАМ?
– НЕТ САЙТА!
– У ПЕДАГОГА НЕТ ДИПЛОМА ПЕДИНСТИТУТА!
– ДОКУМЕНТЫ ПОКАЗАТЬ ТОЛКОМ НЕ МОГУТ...
– И ДЕШЕВО! НУ ЧЕМУ ТАМ МОГУТ МИШЕНЬКУ НАУЧИТЬ?
НУ, МАШ, ЗАТО ПАВЕЛ ГЕННАДЬЕВИЧ ДЕТЕЙ ЛЮБИТ, ОН ФИЗИК ПО ОБРАЗОВАНИЮ... И МИШКЕ НРАВИТСЯ, И РЯДОМ С ДОМОМ... И ЕСЛИ ПРОПУСТИТ, НЕ ЖАЛКО
НУ ЕСЛИ НЕ НАУЧИТ НИЧЕМУ... ОТДАМ В ШКОЛУ С ЛЕНОЧКОЙ! ЕЕ МАМА ЧЕРЕЗ ВЕСЬ ГОРОД ВОЗИТ
И ЧЕМУ ЛЕНОЧКА НАУЧИЛАСЬ? СТАНЦИИ МЕТРО ЗНАЕТ

Я предлагала мамам смотреть на развитие не как на череду уроков с набором дидактических пособий, а как на стиль общения с ребенком. Задавала направление, учила видеть в каждой прогулке, в каждом бытовом моменте ресурсы развития. А вы знаете, сколько развивающих игр и упражнений можно придумать, имея под рукой лишь один носовой платок? Я вам попозже расскажу.

Для раннего развития ребенка не нужно много денег, не нужна «хорошая материальная база». А вот что нужно, так это время, внимание, фантазия и элементарное знание методических основ. Исходя из этого, я старалась каждое занятие сделать информационным кладом для родителей. Хороший педагог

отлично проведет занятие при любой материальной базе, а плохого педагога ничего не спасет. Поэтому ключевым критерием при выборе школы раннего развития является опять-таки личность педагога. Ориентируйтесь на свои ощущения: нравится ли вам этот педагог, приятно ли его слушать, получаете ли вы сами новую информацию от него, ответы на свои вопросы.

Все вышеперечисленные рекомендации можно легко заменить на одну самую важную: «Занятия должны приносить удовольствие всем участникам процесса». Еще раз, всем участникам: и маме, и ребенку, и педагогу. (Это важно, чтобы педагог работал не только за зарплату, но и с удовольствием.) Ребенку на занятиях должно быть интересно и комфортно. Педагог должен нравиться, вызывать доверие у родителей и любовь у малышей. Если вы и ваш малыш с радостью идете на очередное занятие, значит, выбор правильный.

* * *

При выборе школы развития стоит также обращать внимание на удаленность от дома и, конечно, на стоимость занятий. Дорога не должна утомлять ни маму, ни ребенка. Потому что занятие должно приносить удовольствие, а если ему предшествует часовая поездка в общественном транспорте, то оно явно будет подпорченным.

Высокая стоимость занятия тоже не добавляет удовольствия — родителям.

Педагог должен нравиться, вызывать доверие у родителей и любовь у малышей. Если вы и ваш малыш с радостью идете на очередное занятие, значит, выбор правильный.

Бывает и так, что дети даже с очень хорошим педагогом не всегда хотят заниматься. Настроение у малышей переменчивое. Если вашему ребенку всего год или два, смешно ожидать от него устойчивого внимания и чувства ответственности за вложенные в его развитие средства из семейного бюджета. Печально видеть, как иная мама тащит за руку малыша к столу, отбирает игрушку, насильно усаживает за стол, чтобы он вместе со всеми стал клеить аппликацию: «Деньги ж пропадут! Мы заплатили, а ты не занимаешься!»

Если стоимость занятия не сильно бьет по кошельку, а еще лучше — совсем не бьет, то мама спокойно переживет, что время от времени ее драгоценное чадо не будет клеить или лепить

вместе со всеми, а предпочтет вместо этого прыгать со стульчика или ползать под столами. В конце концов, это тоже развитие — физическое. А подсмотренную идею аппликации можно будет реализовать дома, когда у малыша для этого будет настроение.

Когда родители лучше школы развития

#развиватьлегко
вселепятодноаядругое

Ценность школы развития я вижу именно в этом: повышение развивающего потенциала родителей.

Ресурсы школы раннего развития

✓ Педагог, которому можно задать интересующие вас вопросы.

✓ Среда, погружаясь в которую можно научиться развивать своего ребенка самостоятельно, брать идеи на вооружение.

✓ Сообщество единомышленников, с которыми можно общаться, обмениваться опытом.

Вовлеченность в происходящее (присутствие на занятиях, общение с педагогом и другими родителями) важно для снятия внутреннего напряжения, для формирования убеждения: «Я хорошая мама. Я уделяю внимание развитию своего ребенка. В будущем с ним будет все в порядке».

* * *

Прекрасно помню первый урок в школе раннего развития, куда я привела, а точнее принесла, своего полуторагодовалого старшего сына. Школу порекомендовала знакомая, ее ребенок, мальчик Семен, уже посетил пять занятий. «О ужас! — подумала я. — Мы отстали от Семена на целых пять занятий!» — и полетела в ближайший магазин канцелярских товаров за пластилином. (Такое было условие в этой школе: принести с собой пластилин.) Это так волнительно: покупать первый пластилин первому ребенку. Мамы поймут.

Дома папа тоже проявил интерес к пластилину: слепил из красного куска спортивный автомобиль. Ребенок был в восторге. А потом папа слепил ему синий автомобиль. И построил трассу из картонной коробки.

Когда на уроке в школе развития ребенок увидел коробку с пластилином, он радостно сказал: «Вж-ж!» — имитируя звук заведенного автомобиля. Затем потребовал открыть коробку, достал кусок красного пластилина и все последующие полчаса занятия — «Вж-ж!» — катал импровизированную машинку по всем доступным горизонтальным поверхностям класса. А в это время остальные дети вместе с родителями лепили из пластилина грибочки, рисовали грибочки гуашью, собирали пирамидки-грибочки и играли в лото, подыскивая картинки с одинаковыми грибочками. А красная машинка по этим грибочкам несколько раз проехалась…

ВАЛЕРА! СЕГОДНЯ ОН ГРИБОЧЕК НЕ СЛЕПИЛ, А ЗАВТРА ЕГЭ НЕ СДАСТ... В ИНСТИТУТ НЕ ПОСТУПИТ, ДВОРНИКОМ СТАНЕТ
И Я ТАКАЯ ВСТРЕЧАЮ ЛЕНОЧКИНУ МАМУ... У НЕЁ ЛЕНОЧКА ОПЯТЬ МОЛОДЕЦ, А У МЕНЯ ДВОРНИК?

— Наверное, вам еще рано в нашу школу, — сказала мне педагог. И я почувствовала себя плохой мамой, у которой ребенок отстает в развитии. Особенно после того, как увидела в руках мальчика Семена нарисованные им грибочки.

— Сейчас пойдем домой, покажем рисунок папе и бабушке покажем, — приговаривала мама Семена, надевая на него ботиночки.

«А что мы покажем папе?» — обреченно подумала я и тут же позвонила ему в расстроенных чувствах. Я сказала, что его сын не захотел лепить грибочек, как все остальные дети, увы и ах. Но из моего рассказа он вынес совсем другое. Он радовался: «Мой сын слепил машинку!»

И тут меня переключило на совсем другое мышление. Ведь правда, ребенок проявил инициативу, слепил машинку и целых полчаса сам себя развлекал. Прекрасно. А грибочки мы как-нибудь потом слепим, когда настроение будет соответствующее.

Вот в этом и есть существенное преимущество родителей перед школой развития. У родителей есть возможность не зависеть от времени, места и дидактического плана. Они могут просто следовать за познавательным интересом своего ребенка. Если в данный момент интерес ребенка направлен на машинку, а не на грибочки, значит, можно не тратить энергию на то, чтобы переключить внимание с транспортного средства на жителя леса, а использовать развивающий потенциал машинки. Развивающий потенциал машинки, кстати, ничуть не меньше, чем развивающий потенциал грибочков. На машинках можно формировать и закреплять понятия цвета («А теперь слепим желтую машинку с

черными колесами»), размера («А теперь слепим машинку больше, чем красная, но меньше, чем желтая»), формы («Колеса будут круглые», «Эти две машинки одинаковой формы»), скорости («Синяя машина едет быстрее, чем красная»).

Второй ребенок

#развиватьлегко
спокойныйподход

Со вторым ребенком и последующими ажиотаж вокруг темы раннего развития обычно спадает. Уже есть уверенность в собственной родительской «хорошести». Тревога по поводу «достаточно ли я хорошая мама?» уже не толкает на поиски новых развивающих ресурсов. Все и так отлично.

Мы как-то общались на эту тему с подругами. Так получилось, что наши старшие дети одного возраста. Мы одновременно вынашивали первенцев, а потом с тревогой обсуждали недельное отклонение от графика прорезывания молочных зубов. Мы вместе охотились за самыми-самы-ми развивающими игрушками. Вместе записывали детей в самые лучшие «развивашки» города, опираясь на положительные отзывы знакомых. И, конечно, мы ездили друг к другу в гости. Цель визита, помимо общения, — посмотреть на развивающую среду отдельно взятой квартиры. Ах, какой прекрасный спортивный комплекс! Нам нужен такой же. Ой, какие интересные дидактические игры. Где ты такие купила? А потом так же синхронно у нас появилось по второму ребенку. И это было уже совсем другое материнство. Я думала, что это только у меня так: все педагогические амбиции закончились на старшем ребенке, и младший рос уже не под знаменем фанатиков раннего развития, а просто рос и развивался естественным образом. Оказалось, что у подруг так же.

— Лена, почему я не вижу у тебя на пеленальном столике карточек Домана, а на стенах таблиц Зайцева? — шучу я, придя в гости к подруге «на кашу».

Я иронизирую не только над подругой, а скорее над собой. Над той собой, какой я была тринадцать лет назад. Над той, которая переживала, что на выставке «Мама и малыш» ей не досталось комплекта карточек Домана, а площадь стен дома не позволяет разместить все таблицы Зайцева, чтобы при этом они еще были в зоне свободного доступа для ребенка.

Лена и другие мамы вторых детей подхватывают тему:

— Я вдруг поняла, что не купила младшей ни одной развивающей игрушки.

— Ага. И у меня нет расписания, по которому нужно заниматься с ребенком. А ведь со старшей дочерью я для себя расписание составляла. Когда рисовать, когда лепить, когда читать. И так страдала, если выбивалась из графика. Мне казалось, что все, сейчас мой ребенок безнадежно отстанет в развитии, ведь после трех уже поздно!

— Я не посетила с ребенком ни одного занятия. Никуда, кроме детского сада, его не водила.

— А у меня такое ощущение, что второй ребенок как-то сам по себе рядом с нами вырос.

— Да, и у меня такое же.

Наговорившись, мы пришли к единому выводу:

— А ведь результат ничуть не хуже!

Если разобраться, условия для развития младшего ребенка совсем другие. Я бы сказала — комфортные. Ушли тревога и напряжение, исчезли карточки, исчезло расписание, когда и чем заниматься, пропал азарт охоты за «развивающими пособиями», не было больше панической «соревновательности»: «У Петровых Лиза уже стихи декламирует, а наш еще предложения не говорит. Надо больше заниматься!» Добавилось спокойствие, основанное на наблюдениях: «Если ребенок в чем-то отстает от сверстников, возможно, в другом он их обгоняет. Лиза лучше читает стихи? Зато наш раньше научился кататься на велосипеде».

При этом развивающий потенциал родителей остался прежним или даже вырос. Субъективное ощущение «второго ребенка я не развивала» возникает вследствие отсутствия целенаправленных усилий. Мама не вскакивает по звонку будильника в выходной день, чтобы успеть с ребенком на занятия. Не сравнивает его успехи с другими детьми, не впадает в панику при отсутствии результатов. Но при этом незаметно для всех участников процесса развитие происходит естественным образом.

Обучение или развитие

#чутьчутьдидактики
мышлениеребенка
познавательныйинтерес

Важно понимать разницу между развитием и обучением. Часто родители путают эти понятия. Даже педагоги иногда путают.

Обучение — это целенаправленный процесс передачи знаний, умений, навыков.

Развитие — это приобретение новых качеств и улучшение результатов.

Когда я учу ребенка читать — это обучение. Когда ребенок, в принципе уже умеющий складывать слоги в слова (факт: обучен), совершенствует этот навык, читает с большей скоростью, с лучшим выражением — это развитие. В этом примере развитие следует за обучением. Но бывает, и очень часто, наоборот, когда развитие предшествует обучению. Если одновременно начать обучать чтению нескольких детей, то быстрее начнет читать тот, у кого лучше развиты память, внимание, речь. Развивая ребенка, мы создаем хорошую базу для последующего обучения.

Процессы обучения и развития, казалось бы, так тесно переплетены, что нет необходимости в том, чтобы их различать.

Однако, если не обращать внимания на разницу между развитием и обучением, может возникнуть перекос в сторону обучения. Это когда перегружают новыми знаниями, умениями, навыками, не давая возможности их интегрировать, присвоить себе.

Приведу такой пример. Ребенок учится играть на гитаре. (Давайте возьмем самый здоровый пример: когда ребенок сам захотел этому научиться, а не взрослые за него захотели.) Если обучению предшествовало развитие мелкой моторики и координации движений, то учиться ребенку будет гораздо легче. Если же нет, если пальцы совершенно не слушаются и пляшут где-то в воздухе мимо струн, то учиться он тоже сможет, но ему будет труднее, и велика вероятность, что мотивация на обучение будет снижена или вообще пропадет. Хотелось — расхотелось. Надоело пребывать в ситуации неуспеха. Хорошо, когда развитие предшествует обучению — выше шансы на успех.

Если педагог будет только обучать новым аккордам, не давая времени на закрепление, на многократное повторение, на улучшение чистоты звучания, то качественных изменений происходить не будет. И получится ситуация, когда ребенок знает аккорды, но не играет. Обучение есть, а развития при этом нет.

* * *

Чем отличается классический подход к обучению от развивающего?

При классическом подходе мы даем ребенку в руки линейку и объясняем: «Это линейка. Вот деление — 1 см. Вот так нужно ей пользоваться». Знание ребенок приобретает. Но развивается ли при этом мышление? Развивается ли познавательный интерес?

> Познавательный интерес развивается не тогда, когда мама показывает ребенку картинку с одуванчиком, а когда ребенок, движимый любопытством, срывает одуванчик, нюхает его, пробует на вкус и бежит показывать маме.

При развивающем подходе мы знакомим ребенка с понятием длины через чувственный опыт. Через поиск ответа на вопрос: «Что длиннее?» С этим вопросом ребенок легко справится, если есть возможность сравнить объекты, положив их рядом. А если эти объекты очень большие и положить их рядом нельзя? Вот эта задачка самая что ни на есть развивающая!

КЛАССИЧЕСКИЙ ПОДХОД К ОБУЧЕНИЮ
ВОТ ВИДИШЬ, Я ГОВОРЮ, ОН У НАС ВООБЩЕ МАТЕМАТИКОЙ НЕ ИНТЕРЕСУЕТ
1 СМ
ДА ПРОСТО ТЫ НЕ УМЕЕШЬ ЗАИНТЕРЕСОВЫВАТЬ!
РАЗВИВАЮЩИЙ ПОДХОД К ОБУЧЕНИЮ
ПРЕДСТАВЬ СЕБЕ, ЧТО ПО ДЖУНГЛЯМ ПОЛЗЕТ ОГРОМНЫЙ МУРАВЕЙ...
А СКОЛЬКО НУЖНО СДЕЛАТЬ ШАГОВ МУРАВЬЮ, ЧТОБЫ ПРОЙТИ ЧЕРЕЗ ТИРАННОЗАВРА?
ПА-АП, А КАК ИЗМЕРИТЬ МУРАВЬЯ?

Ребенок может догадаться измерить длину в шагах. Своими шагами — маленькими. Потом папиными шагами — большими. А как измерить длину чего-то далекого, что находится за тридевять земель, ни папе, ни маме не дойти? Что ж, начинаем строить гипотезы, выдвигать идеи и подвергать их сомнениям. Пусть какой-нибудь другой человек, который находится рядом с объектом, измерит его длину своими шагами. А вдруг это будет великан и один его шаг будет как десять маминых? Стоп, мы ведь тогда не сможем получить реальное представление о длине.

МИША! ЗАПОМНИ, ЭТО ОДУВАНЧИК
ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЙ ИНТЕРЕС РАВЕН НУЛЮ
ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЙ ИНТЕРЕС ЗАШКАЛИВАЕТ
МАМА, А ЧТО ЭТО? А ПОЧЕМУ ОН ЛЕТАЕТ? А ПОЧЕМУ ОН БЕЛЫЙ?
О ДА! Я ЖДАЛА ЭТИХ ВОПРОСОВ ВСЮ ЖИЗНЬ

Вот так мы выходим на необходимость какой-то универсальной меры длины, одинаково всеми воспринимаемой. И можно даже придумать свою меру длины. Допустим, «один шнурок». Точно такой же шнурок можно выслать великану — пусть измеряет.

Через решение таких познавательных задач развивается мышление. Думаю, ребенку будет интересно узнать, как подобные задачи решали люди раньше. Как мерили длину локтями, ладонями, маковыми зернышками (что-то очень маленькое), днями («семь дней пути») и полетами стрелы («зверь на расстоянии двух полетов стрелы»). А какие еще существуют меры длины? Как понять друг друга людям, если один измеряет в аршинах, а другой в футах? Наша мера длины «один шнурок» — это сколько футов? А дюймов? А аршин? Вот так и развивается

познавательный интерес. Представляете, как сильно вы обедняете познавательный и чувственный опыт ребенка, если просто знакомите его с понятием «сантиметр» и обучаете пользоваться линейкой?

Что-то похожее происходит, если начинать учить ребенка читать и писать до того, как он нарисует свое первое письмо, столкнувшись с потребностью передать информацию в письменном виде.

Познавательный интерес развивается не тогда, когда мама показывает ребенку картинку с изображением одуванчика и называет: «Это одуванчик», — а тогда, когда ребенок, движимый любопытством, срывает одуванчик, нюхает его, пробует на вкус и бежит показывать маме.

Системное мышление

#чутьчутьдидактики
системныйифрагментарныйподход

Мир, в котором мы живем, существует не отдельными фрагментами. Мир целостен, и все в нем взаимосвязано. Все имеет свои причины и следствия. Мир — это сложная система с многочисленными подсистемами. Поэтому, готовя ребенка к самостоятельной жизни в этом мире, важно формировать у него системное мышление.

ПЛОХОЙ ВОЛК! СЪЕЛ ЗАЙЧИКА
КОГДА Я ВЫРАСТУ, Я УБЬЮ ВСЕХ ВОЛКОВ!
А ТЕПЕРЬ ПРЕДСТАВЬ, СКОЛЬКО БЫ ЗАЙЧИКОВ У НАС БЫЛО, ЕСЛИ БЫ НЕ БЫЛО ВОЛКОВ... ЕСЛИ БЫ ОНИ СЪЕЛИ ВСЮ ТРАВУ И УЖЕ ОЛЕНЯМ НЕЧЕГО БЫЛО БЫ ЕСТЬ, ЗАЙЧИКИ БЫ ПОДГРЫЗЛИ ДЕРЕВЬЯ. И ПТИЦАМ НЕГДЕ БЫЛО БЫ ЖИТЬ...
ПА-АП, А ЕСЛИ БЫ ЗАЙЧИКИ ИСЧЕЗЛИ, ТО ЧТО ПРОИЗОШЛО БЫ С СИСТЕМОЙ? РАССКАЖИ

Как ни старайся, мы не сможем впихнуть в голову ребенка абсолютно все знания об окружающем мире. Но, к счастью, этого и не требуется. Важнее не загрузить ребенка информацией, а научить его с информацией работать. Мы не сможем дать ребенку готовые инструкции по выходу из любой ситуации — жизнь гораздо богаче на события, чем рисует наше воображение. Но в наших силах научить ребенка искать недостающую информацию, анализировать ее и на основе анализа принимать решения. Как сказал Мишель Монтень: «Мозг, хорошо устроенный, стоит больше, чем мозг, хорошо наполненный».

Для развития лучше давать меньше знаний, но в системе, формируя, таким образом, привычку искать и устанавливать связи между отдельными элементами. Однако взрослые часто дают ребенку информацию фрагментарно, как конечный, ни с чем не связанный факт.

Приведу такой пример. Соседская девочка Кристина сообщает мне о планах на вечер:

— Мы с мамой сегодня пойдем на день рождения. Я только не очень помню, к кому. То есть я знаю, к кому мы пойдем, но будет ли день рождения тети, дяди или брата, я не помню. Но торт

будет обязательно!

С пониманием киваю. Торт — это очень важно. А Кристина восторженно продолжает вещать:

— У меня так смешно: день рождения всегда весной. У других бывает летом, зимой, осенью. А у меня всегда весной. Каждый год весной получается, и ни разу даже осенью!

> Как ни старайся, мы не сможем впихнуть в голову ребенка абсолютно все знания об окружающем мире. Но, к счастью, этого и не требуется.

В восприятии семилетней Кристины день рождения — это просто праздник конкретного человека, не привязанный к строго определенной дате и конкретному факту появления на свет. Как-то эту взаимосвязь ей объяснить забыли. Так, кстати, часто бывает: взрослые скажут что-то с высоты своего опыта и своих знаний в полной уверенности, что ребенок их понял нужным образом. А у ребенка в голове совсем другая картина выстраивается. Вот и у Кристины относительно дня рождения получилась мешанина из случайных чисел.

Это дидактическая ошибка. Нельзя формировать хоть временное, но ложное представление. Знания нужно давать в системе. Не просто выдавать информацию по кусочкам, а показывать, как этот кусочек соотносится с целым, с уже известным. Представьте, что будет, если показать ребенку картинку с хоботом слона и сказать: «Это хобот», — а с остальными частями тела животного познакомить только через год. Возможно, что некоторое время маленький ребенок будет думать, что хобот — это самостоятельное животное, похожее на удава. Потом, конечно, он все поймет, когда получит остальные фрагменты целостной картинки. Казалось бы, ничего страшного. Но при таком подходе системность мышления не формируется. У человека, привыкшего получать знания в разрозненном виде, без установления взаимосвязей, без понимания соотношения части и целого, не формируется потребность в выстраивании целостной картины. Он не будет фанатично искать недостающие элементы системы и задавать проясняющие вопросы. Есть то, есть это, а как это связано с тем — его не волнует… Системность — важный дидактический принцип, суть которого хорошо отражена в философском тезисе: «Целое больше суммы своих частей».

МИХАИЛ! ЭТО ЧЕТЫРЕХУГОЛЬНИК!
А ВОТ И НЕТ, ИЗОЛЬДА ЮРЬЕВНА! ЭТО КВАДРАТ!
НО ВЕДЬ КВАДРАТ — ЭТО ОДИН ИЗ ВИДОВ ЧЕТЫРЕХУГОЛЬНИКА
НЕТ, КРАДРАТ — ЭТО КВАДРАТ, А НЕ КАКОЙ-ТО ВАШ УГОЛЬНИК

При фрагментарном подходе ребенок может знать, что он вырос в животе у мамы из маленькой клеточки, и при этом верить, что его приятеля нашли в капусте, а подружку купили в магазине. При системном подходе ребенок знает, что он — часть природы, часть животного мира, что процессы размножения схожи у разных животных. Что абсолютно каждый ребенок вырастает из клеточки.

При фрагментарном подходе ребенок знает, что есть день, есть ночь, есть солнце и луна. И удивляется: «Зачем глупое солнце светит днем, когда и так светло? Светило бы, как луна, ночью, было бы больше пользы». При системном подходе ребенку помогают установить правильную причинно-следственную связь: днем светло, потому что в этот момент наш участок Земли освещен Солнцем.

При фрагментарном подходе ребенок считает, что волк плохой, потому что съедает хорошего зайчика. При системном подходе ребенок понимает, что волк и зайчик — звенья пищевой

цепочки.

При фрагментарном подходе ребенок заучивает домашний адрес: «Улица Пушкина» — и спорит, что он живет на улице Пушкина, а не в Екатеринбурге. При системном подходе ребенок знает, что улица Пушкина находится в Екатеринбурге, а Екатеринбург — город в России. Он легко встроит в эту систему любой город мира по критерию «находится в России или нет». Теория множеств для дошкольников? Легко!

При фрагментарном подходе ребенок зубрит таблицу сложения как странный стих без рифмы. При системном — понимает общий принцип и сам доходит до операции умножения, радостно сообщая однажды: «Сто раз по сто — это десять

тысяч!» В пять лет реально даже начинать знакомить с понятием возведения в степень. (Если уж пытливый детский ум своими вопросами до этого доведет.) Мой пятилетний сын Сашка вместо «очень-очень много» говорил «додекальон», имея в виду 10 в степени 39. А я в его годы никак не могла понять, почему не существует самого большого числа.

При фрагментарном подходе ребенок запоминает картинки и названия: треугольник, квадрат, прямоугольник. И не задумывается, что бывают другие фигуры. При системном подходе ребенок понимает, что это все — фигуры. Что треугольник — это потому что три угла, а если угла четыре, то это четырехугольник. Что четырехугольники бывают разные. А если у фигуры пять углов? Пятиугольник! И можно уже картинку не показывать — ребенок сам нарисует по аналогии. А круг — это правильный бесконечноугольник. Потому что правильный N-угольник при увеличении параметра N все больше похож на круг — проверяется экспериментально в графическом редакторе. Элементы математического анализа в дошкольном возрасте? Легко!

Как учитель математики по первому образованию, имеющий опыт работы в школе, могу сказать, что очень тяжело переучивать детей, которые выучили, что есть квадрат, прямоугольник, ромб, трапеция, параллелограмм, но всё — вне системы. Они спорят, что вот это квадрат, а это прямоугольник. И не понимают, что квадрат — это тоже прямоугольник. А еще квадрат — частный случай параллелограмма. И ромбом квадрат тоже является. Это даже в седьмом классе некоторые с трудом понимают. Увы, системное мышление само собой не формируется.

Главные принципы развития системного мышления

#чутьчутьдидактики

системныйподход
выстраиваемсвязи

При системном подходе новая информация дается обязательно с опорой на уже существующую, и при этом объясняется, как новое связано с уже известным.

Когда вы знакомите ребенка с новым понятием, обязательно помогите ему выстроить связи с тем, что уже есть в системе его знаний.

1. Дать этому название. В дальнейшем сформируется *узнавание.*

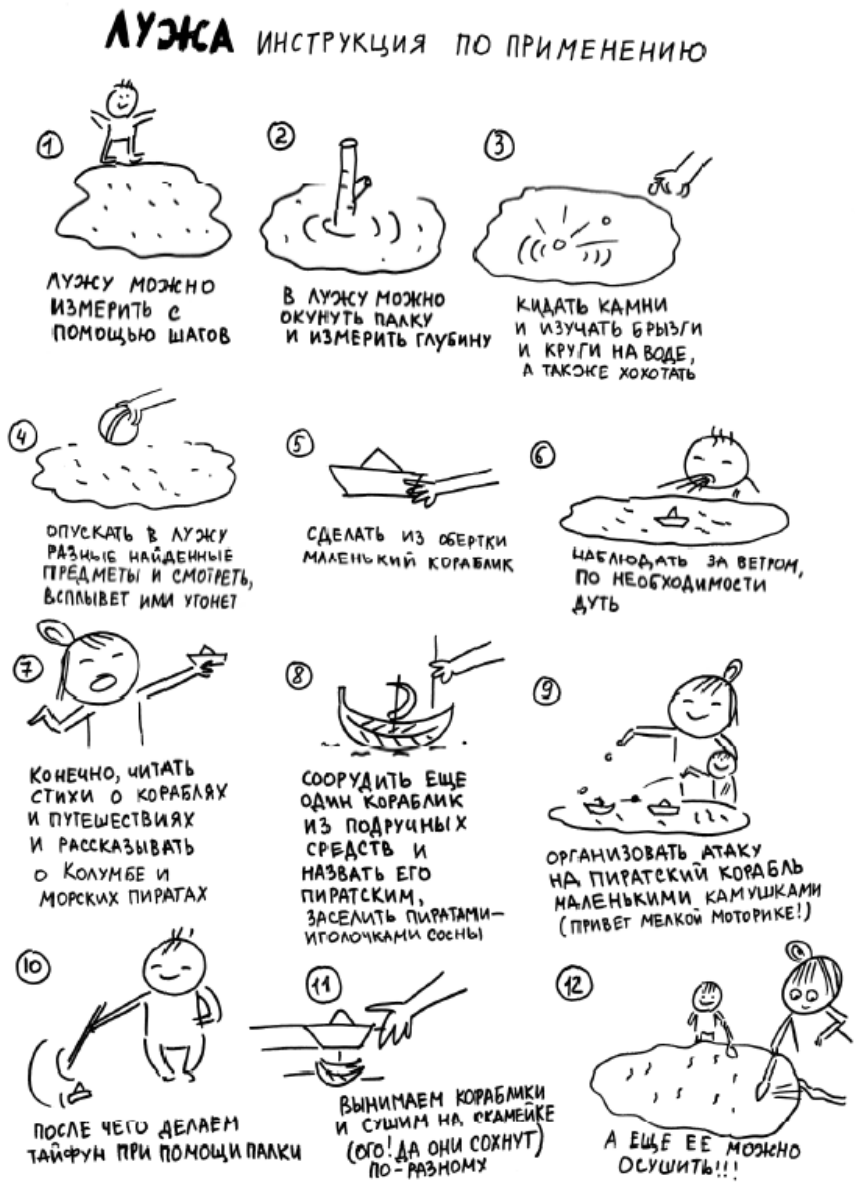
2. Рассказать, откуда это взялось. *Установление причинно-следственных связей.*

3. Рассказать, зачем это нужно, кому это нужно, как можно это использовать. *Функциональность объекта.*

4. Дать более общее понятие. Рассказать о надсистеме, то есть о множестве, куда входит этот объект. *Обобщение.*

5. Рассказать о подсистеме, о составных частях объекта. Из чего он состоит. *Умение видеть части целого.*

6. Рассказать о связях с другими объектами. *Установление сходства и отличий.*


ЛУЖА ИНСТРУКЦИЯ ПО ПРИМЕНЕНИЮ
1
ЛУЖУ МОЖНО ИЗМЕРИТЬ С ПОМОЩЬЮ ШАГОВ
2
В ЛУЖУ МОЖНО ОКУНУТЬ ПАЛКУ И ИЗМЕРИТЬ ГЛУБИНУ
3
КИДАТЬ КАМНИ И ИЗУЧАТЬ БРЫЗГИ И КРУГИ НА ВОДЕ, А ТАКЖЕ ХОХОТАТЬ
4
ОПУСКАТЬ В ЛУЖУ РАЗНЫЕ НАЙДЕННЫЕ ПРЕДМЕТЫ И СМОТРЕТЬ, ВСПЛЫВЕТ ИМИ УГОНЕТ
5
СДЕЛАТЬ ИЗ ОБЕРТКИ МАЛЕНЬКИЙ КОРАБЛИК
6
НАБЛЮДАТЬ ЗА ВЕТРОМ, ПО НЕОБХОДИМОСТИ ДУТЬ
7
КОНЕЧНО, ЧИТАТЬ СТИХИ О КОРАБЛЯХ И ПУТЕШЕСТВИЯХ И РАССКАЗЫВАТЬ О КОЛУМБЕ И МОРСКИХ ПИРАТАХ
8
СООРУДИТЬ ЕЩЕ ОДИН КОРАБЛИК ИЗ ПОДРУЧНЫХ СРЕДСТВ И НАЗВАТЬ ЕГО ПИРАТСКИМ, ЗАСЕЛИТЬ ПИРАТАМИ-ИГОЛОЧКАМИ СОСНЫ
9
ОРГАНИЗОВАТЬ АТАКУ НА ПИРАТСКИЙ КОРАБЛЬ МАЛЕНЬКИМИ КАМУШКАМИ (ПРИВЕТ МЕЛКОЙ МОТОРИКЕ!)
10
ПОСЛЕ ЧЕГО ДЕЛАЕМ ТАЙФУН ПРИ ПОМОЩИ ПАЛКИ
11
ВЫНИМАЕМ КОРАБЛИКИ И СУШИМ НА СКАМЕЙКЕ (ОГО! ДА ОНИ СОХНУТ) ПО-РАЗНОМУ
12
А ЕЩЕ ЕЕ МОЖНО ОСУШИТЬ!!!

Системное мышление в младшем дошкольном возрасте — это умение соотносить часть и целое, искать сходства и отличия, уметь обобщать и понимать простые причинно-следственные связи. Лужа — она ведь не сама по себе лужа, а потому что прошел дождь. И исчезнет лужа не потому, что ей так захотелось, а потому, что ее высушат солнце и ветер. Точно так же дома можно высушить капли воды на поверхности стола, если на них дуть. Эксперименты и аналогии в дошкольном возрасте? Легко!

Ребенок принес вам одуванчик. Кроме «спасибо», скажите, как называется этот похожий на солнышко цветок. Отметьте, какой он красивый, как приятно на него смотреть. Объясните, что вырос одуванчик из маленького семени. Когда одуванчик отцветает, он становится похожим на пушистый белый шарик. Если подуть на такой шарик, семена полетят в разные стороны. Если ребенок уже знает, что такое парашют, можно сравнить семена одуванчика с парашютом, поискать сходство. Еще можно рассказать ребенку, какие животные из известных ему едят одуванчики (черепаха, например). Познакомьте ребенка с надсистемой: одуванчик — это цветок, цветы — это растения. Расскажите о подсистеме: у одуванчика есть головка, стебель, листочки, корешок.

Расскажите о связях с другими объектами, знакомыми ребенку. Например, ромашка — это тоже цветок, как и одуванчик. Что у них общего? Чем они отличаются? Понятно, что чем старше ребенок, тем больше связей он может выстраивать. Если, конечно, его этому постепенно учить.

* * *

Давайте разберем еще один пример. Кот. Предположим, вы встретили кота на прогулке. Кто это? (Дать название.) Что у него есть? (Лапы, хвост, глаза, уши и так далее.) Какой он? (Белый, с черным ухом, пушистый, худой, с грязными лапами.) Где он живет? (Этот кот домашний или, наоборот, бездомный.) Как он вообще появился?

> Лужа — она ведь не сама по себе лужа, а потому что прошел дождь. И исчезнет лужа не потому, что ей так захотелось, а потому, что ее высушат солнце и ветер.

(Родился у кошки. У всех зверей есть свои мамы. Кот — зверь. Мама кота — кошка.) Поговорите о связях с другими животными, о которых ребенок уже знает, о сходствах и отличиях. (Собака тоже зверь. У нее тоже четыре лапы и хвост. А чем она отличается от кота?

Чем кот похож на тигра? А отличается от него чем?)

Если ребенок узнаёт кота на картинке, но не узнаёт, встретив на улице, — система не выстроена.

Главные принципы развития творческого мышления

#чутьчутьдидактики
творчество

«Надо же ребенка еще и творчески развивать», — говорит мама и записывает загруженное чадо на уроки рисования или музыки. Но творчество выходит далеко за рамки рисования и знакомства с музыкой. Более того, скажу я вам, уроки рисования и музыки вообще могут не иметь ничего общего с творчеством. Творчество — это процесс создания чего-то качественно нового. Принципиально нового. Не как вчера. Не как у кого-то.

✗ Ребенка знакомят с музыкальными произведениями — это не творчество.

✗ Ребенка обучают играть на музыкальном инструменте — это не творчество.

✗ Ребенок воспроизводит известное музыкальное произведение — это не творчество.

✓ Ребенок играет музыкальное произведение собственного сочинения — это творчество.

✓ Ребенок еще только учится играть на гитаре, но уже придумал несколько разных вариантов перебора — это творчество.

✓ Ребенок вообще впервые видит гитару, но придумал с десяток способов извлечения звука из инструмента — это творчество.

✓ Ребенок сам создает музыкальный инструмент, натягивая леску на ножки табурета, — это творчество.

Уметь рисовать и быть творческим человеком — не одно и то же. Можно уметь рисовать (в смысле «красиво срисовывать»), но при этом не быть творческим человеком. Можно быть творческим человеком, но при этом не уметь рисовать, а творчество проявлять в других сферах. То есть выполнять свою задачу каким-то нестандартным способом, как никто раньше не делал.

* * *

«Мой сын совсем не хочет творчеством заниматься. Я ему столько разных материалов для творчества накупила: и карандаши, и краски, и особое тесто для лепки, и пластилин необычный, шариковый. А ему не интересно. Только и знает, что в свои машинки играть», — сетует мама, не замечая за отсутствием интереса к карандашам и пластилину настоящего детского творчества. Ее творческий ребенок каждый день придумывает новый сюжет для игры с машинками, строит для

них новые трассы из подручных материалов — это творчество.

* * *

«А сейчас окунаем кисточку в голубую гуашь и закрашиваем фон. На этом фоне рисуем ствол дерева. Так, теперь веточки: вправо, влево, вправо, влево. А теперь листочки на ветках. Вот так прикладываем кисточку, смотрите», — дает указания педагог, рисуя на ватмане образец. Ученики старательно повторяют все действия. Результат урока — двадцать одинаковых рисунков. Это обучение приемам рисования.

Но это не развитие творчества. Творчество — это когда рисунок получается не как у всех, не такой, как ты сам рисовал вчера. Это не значит, что не нужно обучать приемам рисования.

> Освойте тысячу и один способ создания прически на голове вашей маленькой дочки. Придумывайте новые игры, меняйте правила старых.

Но важно понимать, что само по себе обучение рисованию еще не является развитием творческого мышления.

Как же развивать у ребенка творческое мышление?

✓ Прежде всего творческое мышление нужно развивать у себя. Постоянно пробуйте что-то новое. Делайте по-новому то, что уже сто раз делали. И тогда у ребенка перед глазами будет пример творческого подхода.

✓ Не препятствуйте новым идеям ребенка (если, конечно, реализация этих идей не несет угрозы жизни и здоровью).

В жизни всегда есть место творчеству. Возьмите за правило каждый день менять или усовершенствовать свои обычные действия. Например, возвращайтесь из детского сада домой по другому маршруту.

А КТО ЕЩЕ У НАС ТИХО ХОДИТ?
ЭТО КОТИК! У НЕГО МЯГКИЕ ЛАПКИ, ОН ХОДИТ ТИХО-ТИХО, БЕСШУМНО.
А ЗАЧЕМ КОТИКУ ХОДИТЬ ТИХО?
КОТИК ЗВЕРЬ. У КОТИКА МАМА-КОШКА. ОН ЛЮБИТ МОЛОЧКО.
А КАКИХ ЕЩЕ ЗВЕРЕЙ ТЫ ЗНАЕШЬ?
А КАКИХ ТЫ ЗНАЕШЬ ЖИВОТНЫХ, КОТОРЫЕ ДАЮТ МОЛОЧКО? А КТО ТАКИЕ МЛЕКОПИТАЮЩИЕ?

Изобретите пятнадцать новых способов шнурования кроссовок и наматывания шарфа. Экспериментируйте с ингредиентами салата. Освойте тысячу и один способ создания прически на голове вашей маленькой дочки. Придумывайте новые игры, меняйте правила старых. Разрешите ребенку пойти на улицу в куртке, вывернутой наизнанку, или в разных ботинках, если ему пришел в голову такой способ самовыражения.

✓ Ищите нетривиальные связи между объектами.

Как связаны кот и одуванчик? Кроме того, что они оба представители живой природы? Если проявить творческое мышление, то можно придумать сказку про кота, который любил есть одуванчики. Или кота, который любил спать на одуванчиках. Или про кота, который был таким белым и пушистым, что все его называли «Одуванчик».

Творите вместе с ребенком, и вам и ему будет интересно.

Часть 2

ОТ ГОДА ДО ДВУХ

#вниманиеребенка

первыеигры

От чего зависит способность к обучению у ребенка? Понятно, что играет роль наследственность, — и это тот фактор, на который родители уже не могут повлиять, что пришло, то пришло. Но есть и другие факторы, которые напрямую зависят от усилий родителей, бабушек и дедушек. Что такого предложить младенцу, чтобы потом он был успешен в учебе? Можно ли на это повлиять?

> Предельно фокусированное внимание появляется при наличии эмоций. Из этого следует, что игра в «Ку-ку!» очень даже развивающая.

Вопросы эти волнуют не только родителей, но и ученых. Как водится, проводили исследования, в ходе которых была установлена прямая взаимосвязь между интеллектом детей в 5 лет и в 10 лет. То есть дети, показавшие высокие результаты в тестах на интеллект в пятилетнем возрасте, такие же высокие результаты показали и в десять лет. А вот с показателями интеллекта в возрасте 1–2 года такой взаимосвязи обнаружено не было: оценки интеллекта малыша никак не коррелировали с оценками в других возрастах. Почему? Может быть, что-то не то измеряли? Может быть, для оценки интеллекта нужно было использовать вовсе не сенсомоторные тесты? А что еще можно измерить, что лежит в основе интеллекта ребенка в возрасте до двух лет?

После длительных исследований ученые пришли к выводу, что на развитие интеллекта главным образом влияет способность удерживать внимание. Причем эндогенное внимание. То есть то, которое возникает изнутри, через собственную активность и волю, а не только как ответ на внешние раздражители.

Предельно фокусированное внимание появляется при наличии эмоций. Из этого следует, что **игра в «Ку-ку!»** очень даже развивающая. Мама говорит «ку-ку», а потом прячется за полотенце или за угол шкафа. Ребенок какое-то время смотрит на ничем не примечательное полотенце, которое само по себе не вызвало бы его внимания. Ничего не происходит. Просто полотенце (или просто шкаф). Но ребенок удерживает внимание, потому что ожидает, что мама снова появится. И когда мама появляется, это вызывает яркую эмоцию радости. Малыш и мама вместе смеются. И это повторяется несколько раз подряд. Новизны нет. А внимание к деятельности есть.

Игра «Где же ручки?». Ребенок прячет ручки за спину.

Взрослый озадаченно произносит: «Где же ручки? Нет ручек!» В какой-то момент ребенок вытягивает руки перед собой, и взрослый выдает эмоцию удивления и радости: «Вот они!» Ребенок инициирует игру, ребенок сам управляет процессом, ребенок удерживает свое внимание на процессе.

Игра «Угадай, в какой руке». Взрослый берет маленький предмет и несколько раз перекладывает его из одной руки в другую. Потом заводит руки за спину и повторяет действие там. А потом демонстрирует ребенку две руки со сжатыми кулаками. В каком-то одном кулаке спрятан предмет. Ребенок смотрит, ребенок удерживает внимание на неподвижных руках, ребенок делает выбор. Он не отводит глаз от неподвижных рук взрослого, ожидая следующего действия. В какой руке окажется игрушка, после того как кулаки будут разжаты? Угадал или не угадал?

Прятки. Ребенок встал за штору. Мама видит его ноги, выглядывающие из-под портьерной ткани. Но мама продляет игру. «Где же Дима? Может быть, он под кроватью? Может быть, он в шкафу? И здесь нет… А! Он, наверное, под столом! Нет, и тут пусто… Где же Дима?» Игра длится, и вместе с ней длится Димино внимание.

Это лишь некоторые примеры простых игр на удержание внимания. Таких игр можно придумать сотни. Но все они невозможны без участия взрослого, эмоционально включенного в игровой процесс: сам с собой в прятки не поиграешь. А если взрослый будет играть без эмоционально окрашенных комментариев, то и игра ребенку быстро наскучит. Эмоции помогают удерживать внимание.

Игры с платочком

#вниманиеребенка
первыеигры

В первой главе я обещала вам рассказать, сколько различных игр можно придумать, используя носовой платочек. Вот, пожалуйста. Некоторые игры коллективные, но их легко адаптировать для самого маленького коллектива: мама и ребенок.

✓ **Танцы под музыку с платочком.** Ребенок повторяет движения за взрослым.

✓ **Хоровод с платочками.** Дети, двигаясь по кругу, держат друг друга не за руки, а за уголки платочков. В этом есть определенная сложность — не выпустить из руки уголок платка.

✓ **Передаем платочек по кругу.** Это игра на развитие координации движений. Можно превратить игру в речевое упражнение, усложнив ее условия. Берем платочек от того, кто стоит слева, говорим «спасибо», поворачиваемся к тому, кто стоит справа, отдаем платочек, говорим «пожалуйста».

Другой уровень сложности. Под музыку передаем платочек по кругу, но ручки у всех за спиной. Когда музыка обрывается, стоящий в центре должен угадать, у кого сейчас платочек.

✓ **Возьми платочек**. Платочки лежат на полу, дети под музыку произвольно перемещаются по залу. Когда музыка перестает играть, нужно быстро взять платочек.

✓ **Достань платочек.** Платочки висят на перекладинах шведской стенки. Нужно подняться и скинуть платочек вниз.

Другой вариант. Платочки висят на бельевой веревке. Чтобы дотянуться и снять, нужно залезть на небольшую скамеечку. Можно усложнить выполнение задачи, закрепив платочки прищепками.

✓ **Спрячь платочек в кулачок.** У взрослого это легко получится, а ребенку придется потрудиться, пальчиком пропихивая платочек в маленький кулачок. Можно спрятать платочек не в кулачок, а в бутылочку из-под йогурта или в контейнер из-под шоколадного яйца.

✓ **Игры на сворачивание платочков по образцу.** Пополам, по диагонали, квадратиком, конвертиком, конфеткой, рулетиком, бантиком.

✓ **Прятки с платочком.** Понадобятся три маленьких предмета, например, машинка, матрешка и кубик. Просим ребенка закрыть глаза. Один из предметов прячем под платочек. Ребенок открывает глазки, смотрит, что осталось, и говорит, какой предмет спрятан под платочком. Количество предметов постепенно можно увеличивать.

Другой вариант. Прячем сам платок. Взрослый может положить платочек в карман, или в рукав, или за вырез платья, но так, чтобы торчал уголок. Задача ребенка, внимательно оглядывая взрослого, найти платочек. Платок можно спрятать и в комнате. Ребенок закрывает глаза, взрослый помещает платок на видное место (это важно, в комнате и так глаза разбегаются) и просит малыша найти платочек.

✓ **«Угадай, что я в платочек завернула».** Задача ребенка — определить знакомый ему предмет на ощупь.

Вариант для неговорящих детей старше двух лет. Положить

на стол три разных по размеру простых предмета, например, сушку, кусочек сахара и вишенку. Один такой же предмет завернуть в платочек. «Что у нас в платочке лежит? Сушка? Сахарок? Покажи пальчиком, что там спрятано? Давай развернем и посмотрим, угадал ты или нет». Для малышей-«годовастиков» сам процесс разворачивания платочка уже развивающий (мелкая моторика), можно и не угадывать.

✓ **«Ветерок».** Подуть на платочек, чтобы он слетел со стола.

✓ **Узелки.** Завязать на платке узелок, а потом развязать. (Взрослый завязывает не тугой узел, а ребенок развязывает.)

✓ **Стирка**. Намочить, намылить, прополоскать платочек и повесить сушить. (И игра, и полезное занятие.)

✓ **Куколка.** Положить в центр платочка кусочек ваты или скомканную бумажную салфетку, перевязать ниточкой. Получилась голова. Из двух противоположных концов свернуть ручки и перевязать ниткой. Получится куколка.

Другой вариант. Нарисовать на ладошке лицо, пальчики обвязать платочком. Также получится куколка. Можно эту куколку баюкать, разговаривать с ней, петь ей песенки.

✓ **Птичка.** Сверните платочек по диагонали — получится равнобедренный треугольник. Завяжите на его вершине узелок — получится голова и клюв птицы. Сформируйте тельце, хвост и два крыла, закрепите ниткой. Птица готова!

✓ **Бабочка.** Сложите платок гармошкой, по центру завяжите узлом, расправьте концы. Разве не похоже на бабочку?

✓ **Человечек.** Поставьте два пальца, указательный и средний (это будут ножки), на один из уголков платка. Обмотайте платок между пальцами, как будто делаете перевязку. Ребенку нетрудно представить, что это человечек в штанишках. Человечек умеет смешно ходить, переваливаясь из стороны в сторону, бегать и даже танцевать под музыку.

Мы как-то застряли с ребенком в лифте. Полчаса до нашего вызволения пролетели незаметно — мы развлекались, играя с носовым платком.

Мой ребенок не говорит

#речьребенка
безпаники

— Мой ребенок не говорит! Что делать?
— А сколько ему?
— Уже год!

Выдыхаю.

— Можете ничего не делать. Кроме, конечно, обычных методов: развитие мелкой моторики, артикуляционная гимнастика, звукоподражательные игры, активное общение с ребенком.

Беспокоиться рано. Я знаю крайне мало детей, ведущих светские беседы в возрасте одного года. Нет, вру: я ни одного такого ребенка не знаю.

— А моему уже два! И он не говорит!

— Что не говорит? Не говорит, где спрятал ключи от машины? Не говорит предложениями? Не говорит отдельные слова? Или вообще звуков не произносит?

— Нет, слова и простые предложения говорит. Но у подруги дочка-ровесница уже стихи рассказывает! А наш отстает в развитии. Муж упрекает, что я с ребенком мало занимаюсь.

Ох уж эта иллюзия родительского всемогущества! Конечно, хочется верить в белый лист — табула раса, — на котором ответственный родитель нарисует все таланты и способности, и ребенок продемонстрирует чудеса раннего развития. Но, увы, от педагогических усилий не зависит абсолютно все. Есть еще склонности, задатки, индивидуальные особенности. По моим субъективным наблюдениям (ни в коем случае не претендующим на научное исследование), девочки опережают мальчиков в речевом развитии, хотя, конечно, бывают исключения. Но даже если полуторагодовалый сын приятельницы говорит лучше вашего — это не повод для паники и ощущения вины, что вы ребенку чего-то недодали. Разные дети — разные способности. Причем способность именно к речи не связана напрямую со способностью к мышлению. Альберт Эйнштейн, по одним данным, не говорил до трех лет, а по другим — вообще до четырех, но это не помешало ему стать гениальным физиком. По речевой активности нельзя делать обобщенный вывод об умственном развитии. Если ребенок не говорит, но при этом играет в лото, собирает простые пазлы, с интересом рассматривает книжки, проявляет бытовую сообразительность, то веских причин подозревать умственную отсталость нет. Придет время — заговорит. И это необязательно зависит от частоты и качества занятий. Есть «болтливые» дети, с которыми вообще мамы специально не занимались. И есть «молчуны», с которыми занимаются с утра до вечера, бедные дети при виде очередных развивающих карточек уже пытаются сбежать под кровать.

А ДО ЗАВТРАКА ГИМНАСТИКА ПО РАЗВИТИЮ РЕЧИ! ИТАК, СЛОЖИТЕ ГУБКИ ТРУБОЧКОЙ...
МИШЕНЬКА, ЗИЗИЧЕК ВЕВО-ВПЯВО!
УТУ...
И С ЭТИМИ ЛЮДЬМИ Я ЖИВУ... НО ВСЕ-ТАКИ ОНИ МИЛЫЕ

Мой любимый анекдот на эту тему.

Малыш не разговаривает. Год — не говорит, два — не говорит, три — не говорит. Родители волнуются.

Обедает как-то вся семья за столом. Малыш пробует суп и изрекает:

— Суп несоленый!

Родители удивленно:

— Так чего же ты раньше не говорил?!

— А раньше все нормально было…

Смысл, который я вкладываю в этот анекдот, все тот же: ребенок заговорит, когда придет время.

Паниковать и постоянно сравнивать речевые навыки малыша с достижениями других детей, обвиняя себя в недостаточном внимании к проблеме и подозревая у своего сына или дочери серьезные отклонения, — это одна крайность. Но есть и другая крайность: полный пофигизм, за которым можно не заметить

наличие заболевания, один из симптомов которого — задержка речи.

Если вам начинает казаться, что у ребенка проблемы с речью, в первую очередь нужно убедиться в том, что ребенок здоров. Проверить слух, навестить невропатолога для ранней диагностики заболевания или для собственного успокоения. Если неговорящий ребенок здоров, все понимает, активно общается на своем «языке» с окружающими, то до трех лет волноваться не следует. Делайте то, что от вас зависит, и сохраняйте спокойствие.

Сравнивать речевые успехи ребенка следует не с достижениями других детей, а с его собственными достижениями на каком-то отрезке времени. Если ваш сын говорит хуже соседских Пети, Маши или Наташи, но лучше, чем он говорил два месяца назад, — прекрасно, есть положительная динамика. Насторожиться стоит, если при всех ваших стараниях положительной динамики в речевом развитии нет. И это повод еще раз посетить невролога.

Как помочь заговорить

#речьребенка
вербальноеобщение

Что именно могут сделать родители для приближения статуса «ребенок говорящий»? Прежде всего надо убрать тревогу. Из состояния тревоги сложно помочь ребенку. Придет время — и заговорит. Так заговорит, что даже будете просить: «Помолчи хоть немножко». А во-вторых, надо общаться с ребенком. Называть то, что его окружает, ведь самые первые детские слова имеют функцию названия, даже «мама» — это название.

Общаться с ребенком? Но ведь это и так само собой разумеется, ведь мама целый день проводит рядом с ребенком, общается с ним. Да, но не всегда это общение вербальное. Есть мамы, для которых ничего не стоит весь день тараторить в режиме радио. Их нисколько не напрягает необходимость озвучивать каждое свое действие. «Ручки стали грязные. Ручки надо помыть. Пойдем мыть руки. Вот ванная. Вот кран. Открываем кран. Водичка побежала. Давай намочим ручки. А теперь возьмем мыло. Вот какое у нас мыло. Розовое. Скользкое. Ой, мыло упало! Давай снова намылим. Держи мыло крепче. Какая пена получилась! Сейчас смоем пену. Водичка теплая. Хорошая водичка. Теперь ручки чистые. Чистые, но мокрые. Мокрые руки нужно вытереть. Где наше полотенце? Вот наше

полотенце. Вытираем руки полотенцем. Руки сухие. А полотенце теперь мокрое», — и так далее.

> Ох уж эта иллюзия родительского всемогущества! Конечно, хочется верить в белый лист, на котором ответственный родитель нарисует все таланты и способности, и ребенок продемонстрирует чудеса раннего развития.

А есть мамы, которые говорят: «Надо помыть руки». Потом они просто ведут ребенка в ванную и проделывают все действия молча. В их восприятии это тоже общение, причем непрерывное — вот же она, рядом стоит. Я не осуждаю таких мам, ни в коем случае. Я просто хочу сказать, что общение бывает разным. И люди бывают разные. Есть такие интроверты интровертные, которым действительно тяжело весь день болтать. То, что для других естественно, для них тяжело. Даже понимание важности вербального общения для развития ребенка не может в корне изменить их поведение: другая натура, ничего не поделаешь. Они могут говорить в режиме монолога, но в какой-то момент все равно скатываются на привычную им модель. Молча моют руки. Молча переодевают ребенка. У меня нет идеи, что это хуже. Действительно, речь в этом случае развивается медленней, но при этом может сложиться качественный невербальный контакт. Мама и ребенок по выражению лица читают настроение друг друга, подбадривают друг друга жестами, понимают друг друга без слов. Это тоже важно. Но если вам хочется, чтобы ребенок быстрее заговорил, то тут без вербального общения не обойтись.

Для тренировки фонематического слуха нужна живая речь. Поэтому в традиции каждого народа есть специальные детские песенки, прибаутки. Все эти, казалось бы, не несущие смысла «ай, люли, люли» или «ой, дыбы-дыбы-дыбы» помогают развитию фонематического слуха. Одна моя знакомая решила воспитывать ребенка на хорошей поэзии. Поэтому перед сном читала ему наизусть классиков Серебряного века. Ее утонченная натура не признавала Барто, Маршака и народный фольклор. Что ж, имеет право на такой выбор. Но объективности ради стоит заметить, что фразу «ой, дыбы-дыбы-дыбы» ребенку повторить легче, чем «любите тайну нашей встречи, и все несказанные речи…»

Все эти, казалось бы, не несущие смысла «ай, люли, люли» или «ой, дыбы-дыбы-дыбы» помогают развитию фонематического слуха.

Когда в репертуаре мамы есть смешные песенки с повторяющимися окончаниями типа:

Ребятёнок вяки-вяки,
Коровёнок муки-муки,
Поросёнок хрюки-хрюки,
Индюшок курлы-курлы…

когда мама исполняет эту милую белиберду весело, эмоционально, вовлекая ребенка в игру-подражание, то очень может быть, что вскоре ребенок начнет подпевать окончания «вяки-вяки».

Кстати, никакие технические новинки не могут заменить живое общение. Сказки на аудио, интерактивные говорящие игрушки, развивающие мультики не способствуют развитию речи. Они воспринимаются просто как звуковой фон, а речь развивается в процессе активного взаимодействия.

И осуществляется это взаимодействие очень просто: мама дает ребенку предмет и называет его. Показывает и называет. Просит подать и называет.

«Подай кубик» — и ребенок подает кубик. Это значит, что в его словарном запасе уже есть слово «кубик». Сначала идет пассивное накопление слов, и однажды пассивная фаза сменится активной: ребенок начнет произносить слова.

Но для этого нужно соответствующее развитие речевого аппарата.

Все слова мы произносим на выдохе. Тренируйте выдох.

✓ Можно задувать свечи.

✓ Можно выдувать мыльные пузыри.

✓ Можно надувать воздушные шарики. (Даже если не получится надуть большой шар, сам процесс развивает.)

✓ Можно сдувать песчинки с бортика песочницы. («Как будто ветер в пустыне».)

✓ Можно дуть на одуванчики, сдувая семена. («Пусть летят далеко-далеко. Следующей весной будет еще больше желтых одуванчиков».)

✓ Можно дуть в дудку, свистеть в свисток.

✓ Можно дуть через трубочку на цветную кляксу на листе бумаги, клякса будет причудливо расплываться. («Ух ты!»)

✓ Можно дуть через трубочку в стакан с водой, делать пузырьки (бурю).

✓ Можно дуть на самодельный кораблик в тазу с водой или ванне.

✓ Можно дуть на распушенные кусочки ваты. («Это снежинки. Они летают».)

✓ Можно дуть на вырезанную из тонкой бумаги и подвешенную на ниточке бабочку или птичку. (Мама держит ниточку. Ребенок дует на бабочку. Бабочка летает.)

✓ Можно дуть на скомканную в шарик туалетную бумагу. (Футбол на столе. Сделайте из коробочки ворота и пытайтесь задуть шарик в ворота.)

✓ Можно дуть на лопасти флюгера, чтобы они вертелись. (Самый простой флюгер можно сделать из листа бумаги квадратной формы.)

Чтобы воспроизвести разные звуки, мы по-разному складываем губы, меняем положение языка. Те, кто уже научился говорить, делают это автоматически, не задумываясь, в какое положение поставить язык, чтобы получился звук «К» или «Ш». А теперь представьте, что вам нужно составить инструкцию для иностранца: «Переместите язык в положение…» Уф… Сразу станет понятно, какой колоссальный труд проделывает ребенок в процессе освоения навыка речи. Ему нужно вычленить из речи отдельные звуки, научиться их распознавать и научиться воспроизводить их. Для всего этого нужен хороший фонематический слух и хорошо подготовленный речевой аппарат. Иными словами, язык, губы, челюсть должны стать подвижными и послушными, управляемыми. Когда хочется воспроизвести определенный звук, язычок и губы должны вставать в нужное положение, сохранять это положение, а потом менять положение на другое.

Для тренировки речевого аппарата есть специальные упражнения — артикуляционная гимнастика. Научите малыша показывать язык, упираться язычком сначала в одну, а потом в другую щечку, цокать языком, фыркать, надувать щечки, вытягивать губки в трубочку, облизывать губы, широко улыбаться. Можно позволить облизывать тарелки, если на дне еще осталось что-то вкусное. Да, неприлично. Но так замечательно тренирует язычок!

Еще одна рекомендация: не затягивайте с переходом на твердую пищу. Необходимость жевания тоже развивает речевой аппарат, ведь задействуются одни и те же мышцы. Одна из гипотез, почему современные дети позже начинают говорить, чем их сверстники 25 лет назад, заключается в том, что своих детей мы слишком долго кормим протертой пищей. У современных мам есть возможность использовать готовое баночное питание или блендер, который в несколько секунд превратит любой суп в гомогенизированный суп-пюре. Быстро и удобно, и можно быть

уверенной, что ребенок не подавится каким-нибудь кусочком. Я встречала детей, которых до трех лет кормили только протертой пищей. Цена такого удобства — более позднее развитие речи. Малышу не требуется никаких усилий на пережевывание — только успевай глотать. А раз усилия не приложены, то и мышцы не развиваются.

Речь на кончиках пальцев

#речьребенка
пальчиковыеигры
смамойнакухне

Ребенок в своем развитии как будто повторяет этапы развития человечества. Первой формой общения людей друг с другом, до того как они освоили вербальную речь, были жесты. Маленький ребенок тоже начинает общаться жестами. Он пальчиком показывает на то, что ему нужно, еще до того, как сможет озвучить свою просьбу. Первый диалог с окружающими — жестовый. Почему так радуют детей все эти «ладушки-ладушки», «сороки-вороны» и другие пальчиковые игры? Потому что это уже диалог. Своеобразный, но диалог. Происходит обмен информацией. Взрослый говорит, а ребенок выполняет соответствующее движение руками, таким образом вступая в обратную связь со взрослым: «Я услышал тебя, я узнал слова, понял их значение, я помню, что нужно делать, когда я это слышу». Возникает обоюдная радость установленного контакта.

Пальчиковые игры — это не просто разминка пальчиков. Это эмоциональный контакт. Это развитие памяти. Это развитие координации движений. Это подспорье для развития речи.

Начинать с простых. Даже не так, не с простых, а с простого. С одного простого стихотворения. Сначала вместе проделывайте все требуемые действия: загибайте пальчики, водите пальчиком по ладошке, показывайте, где носик, или что там требуется по сюжету. Потом достаточно будет только рассказывать стишок, а малыш сам вам все покажет. Выучили или почти выучили один, добавляйте второй, и так далее. Постепенно количество стишков можно довести до двух десятков. Удобно: мама занимается каким-то своим делом, например варит кашу, и при этом рассказывает стишки. А ребенок в этот момент, сидя на своем стульчике, не скучает, а увлеченно показывает, что мама говорит, — есть факт общения с мамой. Единственное условие для мамы — быть эмоционально включенной в процесс. Стишки надо читать с выражением, хвалить малыша, радоваться вместе с ним.

> Почему так радуют детей все эти «ладушки-ладушки», «сороки-вороны» и другие пальчиковые игры? Потому что это уже диалог. Своеобразный, но диалог.

В Интернете сейчас можно найти больше сотни различных стишков для пальчиковых игр. Такое изобилие объясняется легкостью их сочинения и легкостью превращения в увлекательную для ребенка игру, достаточно только придумать движения. Да их и придумывать не надо — всё следует из текста. Выбирайте стихотворения, которые нравятся вам самим, которые

вы легко запомните. Ну и конечно, выбирайте те, что будут понятны вашему ребенку. Например, если ваш ребенок не знает, что такое кишмиш, но видел, как вы готовите борщ или другое блюдо из капусты, то не стоит с ним разучивать «Мы кишмиш растили, мы кишмиш давили», лучше отдать предпочтение потешке «Мы капусту рубим-рубим».

За малышом очень интересно наблюдать, — развитие, можно сказать, происходит на ваших глазах. Сначала ребенок только смотрит. Потом повторяет движения. Потом повторяет окончания слов. А потом читает стихотворение вместе с вами.

Подходят пальчиковые игры и для занятий с разновозрастными детьми, при условии небольшой разницы в возрасте. Например, четырехлетка весело и громко декламирует стишок, показывая движения, а «годовастик» эти движения повторяет.

Не просто сказки

#речьребенка
мышление
математика

Народные сказки с простым сюжетом, которые специально придумывались для самых маленьких — «Теремок», «Колобок», «Репка», — объединяет наличие повторяющейся речевой формулы. Зачем нужно было в одной сказке пять раз сказать «бабка за дедку»? Для развития речи и мышления. С каждым повтором происходит усложнение, добавление нового элемента, но по прежней формуле. Чем не развитие алгебраической логики? В формулу «кто-то за кого-то» помещаются новые значения переменной, получается в итоге «мышка за кошку» или «Жучка за внучку». Аналогично в «Колобке»: есть формула «я от кого-то ушел». «Кого-то» — это переменная, в которую последовательно помещаем всех, кого Колобок встречал на пути: «Я от зайца ушел», «Я от волка ушел».

Нет, я не питаю иллюзий, что сочинители этих сказок были преподавателями математики и умышленно вставляли в сюжет именно такую форму повествования, но я вижу в этих произведениях четкую математическую структуру, строго определенный порядок. Потребность в структуре у человека появилась раньше, чем появилась такая наука, как математика. Собственно, из этой потребности математика и родилась. Математика — изначально это стремление как-то упорядочить окружающую действительность.

Последовательность введения в сюжет сказки каждого персонажа тоже подчинена определенному правилу. В «Репке» это правило звучит как от большего к меньшему, а в «Теремке» — от меньшего к большему.

Сказка «Три медведя» — еще один пример сказки с математической структурой. Сюжет разворачивается периодами. В каждом периоде девочка встречается с набором предметов. В каждом наборе три предмета: большой, средний и маленький. Знакомство с предметами она всегда начинает с большого, потом переходит к среднему и только потом — к маленькому. В каждом периоде первые два предмета из каждого набора для нее оказываются неподходящими, а третий — «в самый раз». После того как этот сценарий проигрывается с чашками, ложками, стульями, ребенок уже может понять структуру сказки и предположить, что в спальне будут именно три кровати, и они тоже будут подчиняться правилу «большой, средний, маленький», и свое предпочтение девочка окажет именно маленькой кровати.

А потом в дом возвращаются хозяева-медведи. Они не сразу в спальню идут. Строгая логика сказки проводит их теми же периодами, что и девочку. Снова чашки, ложки, стулья. Снова знакомство начинается от большого предмета, через средний, к маленькому. И голоса у героев вписываются в эту систему. Большой хозяин большой чашки обладает «большим голосом» — ревет басом. А маленький хозяин маленькой чашки — пищит. Такое правило соответствия. Размер медведя соотносится с размером чашки, стула, кровати и с силой голоса. Очень математическая сказка получилась. Здесь есть соотношения, порядок, закономерность, периодичность.

> Зачем нужно было в одной сказке пять раз сказать «бабка за дедку»? Для развития речи и мышления.

Математические сказки для малышей можно сочинять самому. Например, формула сказки: «дано: герой-1, герой-2, герой-3. Задано определенное соотношение между героями. Герой-1 выполняет последовательность действий 1, 2, 3. После этого герой-2 выполняет последовательность действий 1, 2, 3. После чего герой-3 выполняет последовательность действий 1, 2, 3». Вместо переменных нужно подставить конкретные значения, и сказка готова.

Например, такая.

> Жили-были три сестры: старшая, средняя и младшая. Захотели они на завтрак кашу не простую, а с ягодками. Пошла старшая сестра, самая высокая, ростом со шкаф, по ягодки. Взяла свою самую большую корзинку. За ворота вышла, по мосту прошла, в лес зашла. Смотрит вокруг, а ягод не видит. Налево смотрит — нет ягод. Направо смотрит — нет ягод. Вокруг себя два раза покрутилась — нет нигде ягод. Из леса вышла, по мосту прошла, в ворота зашла.
>
> С пустой корзиной домой Вернулась. Пошла средняя сестра, росту среднего, ростом с комод, по ягодки. Взяла свою корзинку, размера среднего, не большую, не маленькую. За ворота вышла, по мосту прошла, в лес зашла. Смотрит вокруг, а ягод не видит. Налево смотрит — нет ягод. Направо смотрит — нет ягод. Вокруг себя два раза покрутилась — нет нигде ягод. Из леса вышла, по мосту прошла, в ворота зашла. С пустой корзиной домой вернулась. Пошла младшая сестра, самая махонькая, ростом с табуретку, по ягодки. Взяла свою самую маленькую корзинку. За ворота вышла, по мосту

прошла, в лес зашла. Смотрит вокруг, полно ягод в лесу. Налево смотрит — море ягод. Направо смотрит — море ягод. Вокруг себя два раза покрутилась — полную корзинку набрала. Из леса вышла, по мосту прошла, в ворота зашла. С полной корзиной домой вернулась. Сестры смотрят, дивятся: «Как же ты столько ягод нашла там, где мы ни одной не видели?» А она им объясняет: «Ягодки все в траве, под листочками прячутся. Вы сверху смотрели — ничего не видели. А я росту махонького, на травку посмотрела, под листочки заглянула, там ягодки и увидела».

А если еще эти сказки разыгрывать, подключать наглядность, то структура будет более очевидна.

Подключаем наглядность

#игрысвоимируками
творчество

В детских садах еще с советских времен было приспособление, называемое *фланелеграф.* Лист фанеры обтягивали фланелью. На силуэты животных, птиц и прочие фигурки с обратной стороны клеили кусочек наждачной бумаги, которая цеплялась за фланель и удерживала фигурку на доске. В современных садах я видела фланелеграфы, выполненные уже из других материалов. Кусочек ковролина в рамочке, прикрепленный к стене. На выбранную картинку степлером крепился маленький кусочек от текстильной застежки-липучки, который, цепляясь за ковролин, удерживал картинку на фланелеграфе (название закрепилось исторически, на «ковролинограф» не поменялось). Так легко можно превратить кусочек ковролина или другой ворсистой ткани в развивающее пособие, возможности применения которого ограничены только фантазией взрослого.

Я брала старые детские журналы, открытки или уже изрядно потрепанные книжки с картинками. Вырезала понравившиеся картинки, наклеивала на картон, оборачивала скотчем для увеличения срока эксплуатации, прикрепляла липучку — герои настенного театра готовы. Если этого ресурса было недостаточно, искала в Интернете подходящие изображения и распечатывала на принтере.

На фланелеграфе можно разыгрывать сказки в картинках. Это

получается интересней, чем рассматривать иллюстрации в книжках. Потому что есть движение. «Бежит мимо зайчик-попрыгайчик», — говорю я. И на фланелеграфе действительно появляется зайчик, пробегает по поляне и останавливается возле теремка. Ребенок может сам участвовать в рассказывании уже знакомой сказки. «Кто сейчас к теремку подойдет?» — и ребенок выбирает нужную картинку. «Позвал дед бабку» — и ребенок сам ставит рядом с картинкой деда картинку бабы. «Позвала бабка… Кого она позвала?» — и ребенок, отыскав среди картинок внучку, размещает ее на фланелеграфе.

Кроме сказки можно предложить ребенку игру на сопоставление. Например, на фланелеграфе вразброс помещены три медведя, три кровати, три стула, три чашки. Нужно все это упорядочить. Каждому медведю подобрать его кровать, стул, чашку. Три сестры: старшая, средняя, младшая. Три корзинки: большая, средняя, маленькая. Где чья корзинка? Найти и поставить рядом.

Дом, ворота, мост, деревья, цветы — все, что окружает героев сказки, можно вырезать из разноцветного фетра. Фетр — долговечный вариант. Если долговечность не особо нужна, если устроит вариант «пару раз поиграли — и выбросили», подойдет цветной картон.

Персонажей сказок можно задействовать и для других игр-сопоставлений. «У бабушки платочек синенький, сарафан синенький. Она любит синенькие шарики. А у внучки платочек красненький, сарафанчик красненький. Она любит красные шарики». Среди разноцветных шариков, вырезанных из картона или фетра, ребенку нужно выбрать синие и красные, разместить на фланелеграфе синие рядом с бабушкой, а красные рядом с внучкой. Шарики могут при этом отличаться по размеру (большие и маленькие) и по форме (круглые и продолговатые). «Медведь большой, любит большие шарики. А лягушка-квакушка маленькая, любит маленькие шарики. Выбери большие шарики для мишки, а маленькие — для лягушки». «Это колобок. Колобок желтый и круглый. Выбери для него такие же шарики, желтые и круглые».

ТЫ ЗАЧЕМ ЭТО ВЫБРОСИЛ УПАКОВКУ ОТ КОМАРИНОЙ ОТГРАВЫ?
А ЧТО?
ТЫ ЖЕ ЗНАЛ, ЧТО МНЕ ДЛЯ ТЕРЕМКА ТОЛЬКО МУХИ-ГОРЮХИ НЕ ХВАТАЕТ!
УПС...

Шарики разного цвета, размера и формы обладают прекрасным развивающим потенциалом. Чуть позже их можно использовать и для другой математической игры: составление последовательностей: «Красный, зеленый, желтый, красный, зеленый… Каким должен быть следующий шарик?» Подойдут они и для игры «Найди лишний шарик». Это когда все шарики на фланелеграфе, кроме одного, соответствуют определенному критерию. Допустим, все желтые, а один красный. Все разноцветные, но большие, а один маленький.

Потенциал фланелеграфа не ограничивается только «оживлением» сказок и играми-сопоставлениями. В более позднем возрасте его можно использовать для развития фантазии.

Наугад, не глядя, вытаскиваем из коробочки, где хранятся все вырезанные фигурки, трех-четырех персонажей. Задача: придумать сказку с их участием. Что связывает внучку, лягушку и Бабу-Ягу? Кем они друг другу приходятся? Что с ними произошло? Может быть, Баба-Яга превратила внучку в лягушку?

А за что? А кто ее обратно расколдует? Вытащили персонажей из коробки, запомнили, про кого будет новая сказка, — и пошли на прогулку. По дороге, пока идем до парка, можно придумать сюжет. А вечером дети сами или с маминой помощью перед папой эту сказку с удовольствием разыграют. Проект «сказка дня» может длиться несколько месяцев, пока не надоест.

Интеллект — это не только буквы

чтение
психологиявозраста

— А почему вы не учите буквы? — спрашивает меня, тогда еще воспитателя младшей группы, мама одной девочки.

— Потому что нет изучения букв в нашей программе.

— Но у вас же детский сад с приоритетным осуществлением интеллектуального развития?

— Да, но изучения букв в программе нет.

— Но как же вы интеллект развиваете, если детей с буквами не знакомите?

— Интеллект — это не только буквы.

— Но как же, они же могут в этом возрасте уже буквы выучить.

— Могут. Вопрос: зачем? Зачем двухлетнему ребенку знать буквы? Что он будет делать с этим знанием? Сидеть и сам себе книжки читать?

Во-первых, это не физиологично — так нагружать зрительный аппарат малыша. Во-вторых, знание букв еще не приближает к умению читать. Могу привести много примеров, когда дети в год знали все буквы, но читать научились только в 5–6 лет, несмотря на отчаянные попытки родителей научить их раньше. Чтение — это не просто навык, а довольно сложный мыслительный процесс, для реализации которого должны еще физически дозреть определенные структуры мозга. Читающий в два года ребенок — это скорее исключение из правил. Исключение, которое зависит не только от педагогических способностей родителей, но и от физиологических возможностей ребенка.

В-третьих, чисто гипотетически, представьте себе такого одаренного ребенка, который с двух лет читает сам себе сказки. Сидит один в комнате с книжкой и читает. Взрослые ему для этого не нужны, а значит, теряется эмоциональный контакт с ними. Ребенок, таким образом, недополучает важного опыта живого эмоционального взаимодействия, и это сильно тормозит развитие эмоционального интеллекта.

> Читающий в два года ребенок — это скорее исключение из правил. Исключение, которое зависит не только от педагогических способностей родителей, но и от физиологических возможностей ребенка.

Ах, скажете вы, не все так страшно, ребенок может читать вслух, а взрослый будет рядом и будет с ним обсуждать прочитанное. Для меня это как «с ног на голову», и я опять вернусь к вопросу о целесообразности. Если взрослый в этот момент рядом, то пусть он и читает, а ребенок расходует энергию на восприятие прочитанного, на разглядывание картинок, на свои мысли по этому поводу. Если задуматься, объективной потребности у ребенка в раннем чтении нет. Всю необходимую информацию в этом возрасте он может получать не из книг, а от взрослого, который всегда рядом. Стремление научить читать как можно раньше исходит от родителей, причем скорее всего из нарциссических соображений, из желания похвастаться успехами ребенка, из потребности таким образом самоутвердиться. Я не вижу в этом блага для ребенка.

Знать буквы — это еще не читать.

Узнавать некоторые слова — это еще не читать.

Даже уметь складывать буквы в слоги — это еще не читать.

Читать — это получать информацию из текста, понимать смысл прочитанного.

Так бывает у некоторых первоклашек в начале обучения, когда они только-только научились складывать слоги в слова: прочитают текст чисто технически, а пересказать потом не могут — смысл не уловили. Все усилия были потрачены на складывание слов, а осмыслить прочитанное уже не получилось. «Ма-ли-на», — произносит ребенок. «Что ты только что прочитал?» В ответ молчание. Совсем не факт, что ребенок в более раннем возрасте, даже если правильно произносит слово, написанное на карточке, понимает его значение.

Мишенька, будь умницей, брось камень и ничего не трогай, а я тебе книгу почитаю
Как я вижу, тут кто-то пытается перескачить жизненно необходимый этап развития ребенка «изучение предметного мира»?

У каждого возраста свои задачи. Если мы нагружаем ребенка задачами не своего возраста, есть риск, что какие-то действительно важные задачи текущего этапа пройдут мимо.

Задача периода раннего детства — это постижение сути предметного мира, изучение физических свойств объектов. Какой он, этот объект? Холодный, тяжелый, хрупкий, зеленый, пахучий. Что он делает? Он падает, гремит. Что я могу с ним делать? Могу трясти, могу кинуть, могу запихнуть в другую игрушку. В возрастной психологии этот период еще называют *периодом сенсомоторного интеллекта.* Название происходит от латинского *sensus* — чувство, ощущение, плюс *motor* — двигатель. Ребенку важно чувствовать и действовать. Через активную деятельность в системе «ребенок-предмет-взрослый» происходит овладение устной речью, овладение основными навыками самообслуживания.

— Что делать? — сетует одна мама полуторагодовалого малыша. — Мой ребенок не желает заниматься. Все учебники и раздаточный материал он варварски порвал и съел.

Это значит, что ребенок развивается в соответствии с возрастными нормами. Это нормально в его возрасте — воспринимать раздаточный материал как объект, с которым можно взаимодействовать доступным образом: попробовать его порвать, попробовать его на вкус.

ВАЛЕРА... МИШЕНЬКА НИ ОДНОЙ БУКВЫ НЕ ЗНАЕТ, МНЕ ПЕРЕД СОСЕДЯМИ НЕУДОБНО...
А У НИХ БУКВЫ ЗНАЮТ?
ГОВОРЯТ, ЧТО ДА...
ТАК И ТЫ ГОВОРИ
А ДАЛЬШЕ ЧТО?!!
А ДАЛЬШЕ ОНИ ВСЕ РАВНО В 6 ЛЕТ ВСЕ БУДУТ ЧИТАТЬ ОДИНАКОВО!

Конечно, не все дети ведут себя так, не все съедают дидактический материал. Есть дети, которые сами тянутся к буквам, с интересом спрашивают название каждой: «А это как?» Такие дети тоже вариант нормы. Разные дети, с разными задатками. Но, я надеюсь, вы понимаете разницу между стремлением ребенка и стремлением родителя? Если есть страх чего-то недодать, отказавшись от знакомства двухлетнего ребенка с буквами, то повесьте для собственного успокоения дома азбуку. Пусть будут на виду у ребенка большие яркие буквы. Если ребенок заинтересуется азбукой и начнет спрашивать про каждую букву, а потом станет узнавать буквы на рекламных плакатах во время прогулки — это вас порадует. Если ребенок сдерет азбуку со стены, скрутит в трубочку, водрузит на кубик, обзовет башней — пусть это проявление инженерной мысли вас тоже порадует.

У каждого возраста свои задачи. Если мы нагружаем ребенка задачами не своего возраста, есть риск, что какие-то действительно важные для него сегодня задачи пройдут мимо.

Если порвет азбуку на мелкие кусочки и устроит снегопад, подкидывая кусочки вверх, — пусть это свободное творчество вас тоже порадует. Это тоже развитие. И творчество развивать не менее важно. С буквами ваш ребенок еще успеет познакомиться, даже в шесть лет не поздно. Я как-то читала воспоминания женщины, доктора филологических наук: «Теперь, когда я имею ученую степень, мне не стыдно признаться, что я до второго класса не умела читать».

Если уж очень-очень хочется знакомить «сенсомоторного» ребенка с буквами, то можно подойти к этому через восприятие формы и действия: лепить буквы, строить из конструктора, выкладывать из палочек или шишек, рисовать на песке.

Что касается личного опыта, то у меня тоже однажды возникла модная тогда идея «читать раньше, чем говорить». Одну за другой я изучала методики раннего обучения чтению. В одной из них наткнулась на сравнительную таблицу. «Если начать заниматься по нашей методике в возрасте до года, то через 7–8 месяцев регулярных занятий ребенок начнет читать. Если начать заниматься в возрасте 2–3 года, то ребенок начнет читать через 3–4 месяца. Если начать заниматься в 3–4 года, то ребенок начнет читать уже через пару месяцев. Если начать заниматься в 5 лет, то достаточно одного месяца, а в 6 лет достаточно одной недели».

«Круто!» — подумала я. Подожду до шести или семи лет и научу читать за неделю. «Ленивой маме» совершенно непонятно, зачем тратить 7–8 месяцев на то, что можно сделать за неделю. Это тот случай, когда лучше подождать.

Почему так важно стучать по кастрюле

#психологиявозраста
предметнаядеятельность
смамойнакухне

— Как вообще можно организовать занятия с ребенком дома? Я его за столом держать не могу. Ему интереснее по дому с веником бегать.

На самом деле с ребенком все в порядке. Бегая по дому с веником, он выполняет важную задачу своего возраста. Вот лет через десять, когда ему будет 12, я соглашусь с мамой, что это

проблема — нельзя его удержать за столом. А пока что для него нет ничего важнее предметной деятельности. Развитие для него будет заключаться в том, чтобы от первого знакомства с веником перейти к стадии его использования по назначению — мести пол. И это не просто подражание взрослому. Символическое значение такого действа гораздо глубже — ребенок осознает: «Я могу как мама». Это — автономия от взрослого. Это — управление собой через управление предметами.

Следующей стадией будет перенесение функции с одного предмета на другой. Например, ребенок подберет на улице пару опавших после грозы веточек, соберет их в пучок и начнет мести. Хорошему родителю при этом полагается восторженно замереть и подумать: «Как крут мой ребенок! Он понял назначение предмета, он увидел сходство тополиных веточек с прутьями веника, он перенес функцию с веника на веточки». Ну и конечно, непременно нужно похвалить малыша.

Взрослые часто недооценивают важность предметной

деятельности. Им кажется, что нужно как-то специально развивать ребенка, а на самом деле важно предоставить ребенку свободу в рамках безопасного пространства. Чтобы вокруг было много всего, что можно трогать, с чем можно взаимодействовать. Чтобы можно было делать то, что делает взрослый. Пылесосить, мыть пол, мыть посуду, стучать молотком. (Качество работы я вам не гарантирую, но сам процесс развивает.)

Практически в каждом деле можно отвести ребенку зону личной ответственности, назначив его помощником. Мама развешивает мокрое белье, а ребенок подает ей его из тазика, предварительно встряхивая трусики и маечки и тем самым расправляя их. Мама снимает с веревки уже высохшее белье и предлагает ребенку найти в общей куче пару для каждого носочка. А потом просит аккуратно сложить носочки в шкаф. Можно собрать комплект трусики-маечка, ориентируясь по рисунку на ткани или по цвету изделия. Можно показать, как аккуратно стопочкой складывать полотенца. Если полотенец много, предложите рассортировать на две кучки: большие полотенца и маленькие.

На кухне тоже есть где себя проявить. Пока мама варит суп, ребенок может порезать пластиковым ножом мягкую вареную морковку. Или натереть для салата вареное яйцо на терке. Или по листочку оборвать петрушку. Или распотрошить кочанчик салата айсберг.

«Ленивой маме» лень все делать самой — она привлекает ребенка. Мама накрывает на стол и просит ребенка положить рядом с каждой тарелкой ложку. Ложка ребенка может заинтересовать настолько, что он не положит ее рядом с тарелкой, а начнет стучать по столу. Потом по табурету. Потом по другой ложке. Потом по кастрюле. Он удивится, что звук разный. Обрадуется и начнет стучать еще больше, еще громче. Это — тоже развитие. Важный процесс, хотя и неприятный для взрослых ушей, согласна. Это — развитие фонематического слуха, а как мы помним из предыдущих глав, развитый фонематический слух — основа для становления речи.

«Он не хочет со мной лепить»

#психологиявозраста
лепка
смамойнакухне

— У меня не получается с ребенком лепить. Он пластилин тут же в рот пихает. Или по столу размазывает. А поделку

никакую делать не хочет.

Поделка — это образ предмета. Чтобы сделать поделку, у ребенка уже должно быть развито предметно-образное мышление, которое следует за предметно-действенным.

Иными словами, пока ребенок не изучил свойств предмета под названием «пластилин», не испробовал все, что с ним можно делать, он будет относиться к нему как предмету исследования, а не как к средству создания образа другого предмета. Невозможно этот важный этап перескочить. Это как если бы меня впервые посадили за компьютер и сразу же начали требовать написать программу для решения задачи линейного программирования, минуя этап «если нажать на эту кнопочку, то курсор на экране передвинется вправо». (В реальности, кстати, так и было. Наш преподаватель в вузе не мог предположить, что некоторые первокурсницы пришли из школ, где ПЭВМ просто не было. Надо ли говорить, что я с трудом сдала зачет по программированию в конце семестра.)

Я ПОЛНОЧИ ИСКАЛА В ИНТЕРНЕТЕ ПОСОБИЕ «ПОШАГОВАЯ ЛЕПКА ЕЖИКА», А ОН ИГРАЛ В БУБЕН!
В СМЫСЛЕ НАДО БЫЛО СЛЕПИТЬ БУБЕН?
.....
Я ЖЕ ЗАПЛАНИРОВАЛА СЛЕПИТЬ ЕЖА!

Не нужно спешить, не нужно нарушать важный дидактический принцип последовательности. Сначала пусть ребенок просто наиграется пластилином. Зачем вы даете ребенку пластилин? Скорее всего, ответ будет: «Для развития моторики». Так вот, развитие моторики происходит не только когда из-под рук ребенка выходит какая-то поделка, а еще и тогда, когда пластилин просто размазывается по поверхности без всякой идеи финального образа.

ЛЕПКА НЕ ЛЕНИВОЙ МАМЫ
А СЕЙЧАС МЫ БУДЕМ ЛЕПИТЬ ЕЖИКА ИЗ ПЛАСТИЛИНА ПО ОБРАЗЦУ!
Я ПЕКУ ПИРОГИ! ПРИСОЕДИНЯЙТЕСЬ!
ЛЕПКА ЛЕНИВОЙ МАМЫ

Я помню период, когда вся коллекция пластиковых динозавров старшего сына была облеплена пластилином руками младшего. Прошло два года, прежде чем он с упоением стал лепить динозавров — сам. А первый год младший просто играл пластилином: разрывал на кусочки, разрезал ножичком, снова

соединял, раскатывал, сплющивал, лепил на разные поверхности (интересно же, прилипнет пластилин к шторе или нет). А вы видели, как стекает расплавленный пластилин по батарее центрального отопления в разгар отопительного сезона? Или как он покрывается инеем в морозильной камере? Только после этого пластилин стал просто «средством создания образов».

> «Ленивой маме» бывает лениво специально организовывать для ребенка занятие. Она просто позволяет ему готовить вместе с собой: лепить пирожки, «бантики», слойки с яблоком — на ваш вкус.

Кстати, для развития моторики необязательно покупать пластилин, особенно если беспокоит, что ребенок пытается его съесть. Обычное дрожжевое тесто обладает не менее развивающим потенциалом. Мама печет пирожки, а ребенок рядом. Он тоже мнет тесто, раскатывает его скалкой, накладывает начинку, пытается залепить края. В процессе участвуют те же мышцы, что и при лепке из пластилина, а ингредиенты съедобные. Интересно лепить из песочного теста, вырезая формочками будущее печенье. Ко всему прочему у этой деятельности есть очевидный смысл: приготовление реального угощения для всей семьи. «Ленивой маме» бывает лениво специально организовывать для ребенка занятие. Она просто позволяет ему готовить вместе с собой: лепить пирожки из дрожжевого теста, «бантики» из пельменного, слойки с яблоком из слоеного — на ваш вкус. Пусть ребенок сидит рядом и «помогает» маме.

Экспромты на тему игрушек-сортеров

#игрысвоимируками
напрогулкеидома
мышление #моторика

Весьма популярные игрушки-сортеры, наверное, сейчас есть у каждого малыша. Они действительно обладают развивающим потенциалом. Играя с сортером, ребенок решает задачу сопоставления детали и отверстия. Сопоставления могут быть по форме, по размеру, по цвету. Покупные сортеры стоят недешево и быстро надоедают. Предприимчивые мамы устраивают обмен сортерами: вы нам дайте на неделю это поиграть, а мы вам взамен вот это. Рукодельные мамы изготавливают сортеры сами. В ход идут цветные крышечки, пробочки, палочки от мороженого,

фанера, картон.

Примечательно, что даже если вы не дадите ребенку игрушку-сортер, он сам найдет его бытовой аналог. Обязательно что-то куда-то будет засовывать, решая задачи своего возраста. В младшей группе детского сада дети-двухлетки быстро заполняют все встречающиеся отверстия какими-то мелкими игрушками или прочими предметами. В нашем саду в отверстие с торца плинтуса вкладывались карандаши. В щели между шкафами малышня заталкивала детальки деревянных пазлов. Муляжи овощей из пластика, регулярно пропадавшие из кухонного уголка, потом обнаруживались в кабинах игрушечных автомобилей, если у модели открывалась дверца.

Навык сопоставления по форме и размеру все равно разовьется, даже без специальных пособий. Но специально организованная деятельность все-таки имеет преимущество перед спонтанной. Преимущество это выражается в безопасности ребенка, сохранности имущества и спокойствии родителей. Толкать вытащенную из маминой корзинки для рукоделия спицу в розетку опасно. Лучше пусть вкладывает гвоздики в перевернутый дуршлаг.

Посмотрите на то, что вас окружает, глазами ребенка. Уверена, вы сразу обнаружите с десяток идей для сортер-экспромта.

✓ Набор пластиковых контейнеров для хранения продуктов, которые по принципу матрешки вкладываются друг в друга. Покажите ребенку в собранном варианте, а потом все контейнеры вытащите и перемешайте. Пусть ребенок собирает.

✓ Зубочистки. Высыпьте на стол из коробочки и предложите ребенку сложить обратно. Альтернативные варианты: ситечко для чая, пресс для чеснока, мелкая терка, солонка — в них тоже можно втыкать зубочистки. Под присмотром мамы на зубочистки можно нанизывать пуговки и бусины.

✓ Коробка от сахара-рафинада. Сахар переложите в тарелку, в коробке вырежьте прямоугольное отверстие по размеру кусочка сахара, ну, может, чуть больше. Предложите малышу через это отверстие по кусочку возвращать рафинад в коробку. Штрафная карточка и удаление с поля, если ребенок решит отправлять сахар не в коробку, а себе в рот.

Думаю, ухватившись за идею, вы придумаете много вариантов ее реализации. Была бы коробка.

Например, коробка из-под обуви. Единственное, что от вас требуется, — вырезать отверстия под то, что ребенок будет в нее складывать. Отлично подойдут крышечки от детского питания. Приложили крышечку, обвели, вырезали по контуру — игрушка готова. Хотите усложнить? Сделайте круглое отверстие для карандаша. А рядом проткните шилом отверстие для зубочистки. Теперь в коробке три круглых отверстия. Вау, оказывается, зубочистка попадает внутрь коробки через любое отверстие, карандаш через два, а крышечка только через одно. (Для взрослых — ничего удивительного, а для «годовастика» это что-то из разряда «очевидное — невероятное».)

✓ Можно сделать отверстия под разные детали от детского конструктора.

✓ Можно сделать отверстия для кубиков и для маленьких мячиков.

А можно обойтись и без коробки. Сортер от слова «сортировать», а для сортировки коробка не всегда нужна. Почему бы, к примеру, не поиграть в Золушку? Смешайте белую и красную фасоль и предложите ребенку рассортировать по разным чашечкам. Усложните задачу — предложите перекладывать фасолинки не в чашечку, а в бутылку с узким горлышком. Или

смешайте несколько видов макарон и дайте ребенку поручение (очень важное!) рассортировать макароны по разным блюдцам: в первое ракушки, во второе улитки, в третье спиральки, в четвертое бантики. Крупные перья можно «фаршировать» вермишелькой или нанизывать их на спагетти.

* * *

На улице — свои игры.

✓ **В песочнице**. Ребенок закрывает глаза. На мокром песке мама делает отпечатки формочками. Задача: сопоставить и угадать, какой след от какой формочки. Если нет формочек под рукой, можно так же играть с камушками разного размера, с палочками разной длины и толщины.

✓ **В парке.** Сорвите по паре листьев с разных растений. Например, два листа подорожника, два листочка одуванчика и два — мать-и-мачехи. Разложите по листочку на скамейке, такие же — парные — вручите ребенку и попросите подобрать один к одному.

✓ **В любом месте, где вы гуляете.** Все, что вам понадобится, — «уличные» игрушки, которые обычно берете с собой, мел и сухой асфальт. Попросите ребенка закрыть глаза. Высыпьте игрушки, обведите мелом, соберите обратно пакет, где они лежали. Всё, глаза пора открывать. Задача: для каждого силуэта подобрать игрушку. Так как разные положения игрушки на асфальте дают разные изображения (фронтальная, профильная, горизонтальная проекции — помните из школьного курса черчения?), то игру можно повторять несколько раз.

Кстати, в такую же игру можно поиграть и дома. Вместо асфальта — ватман или рулон старых обоев. Раскатываем на полу бумагу, обводим игрушки ярким фломастером, складываем их в пакет и вручаем пакет ребенку со словами «Угадай, где какая игрушка нарисована».

* * *

Здесь же скажу об экспромт-вариациях пазлов. Любая картинка легко превращается в развивающее пособие с помощью ножниц и легкого движения руки.

Чик — картинка с картонной упаковки от хлопьев на завтрак по произвольным линиям разрезается на три части. Задача:

восстановить целостность изображения.

Чик — та же участь постигает коробку из-под печенья. Так как с развитием ребенка уровень сложности заданий должен повышаться, картинку разрежьте уже на четыре части.

Все это — одноразовые игры-минутки, которые быстро отправляются в мусорное ведро. Но навык у ребенка при этом тренируется.

«Ленивой маме» лень искать по магазинам развивающие пособия. Она их придумывает сама из того, что есть вокруг.

Как мотивировать себя на занятия с ребенком?

#развиватьлегко
напрогулке
вванной

— Как мотивировать себя на занятия с ребенком? Есть понимание важности регулярных занятий, но заставить себя не могу. Как представлю, сколько надо сначала подготовки, а потом уборки ради пяти минут рисования — больше мой ребенок не выдержит, — интерес пропадает, руки опускаются. А вечером мучаюсь чувством вины, что еще один день без занятий прошел, — говорит одна мама.

— Как мотивировать себя на занятия с ребенком, если ему это не надо? Я стараюсь, все делаю так, как описывается в методическом пособии, вырезаю заготовки, подбираю музыкальное сопровождение, а он убегает и чем-то своим занимается. Меня такое разочарование накрывает, что не могу сдержать раздражения. Высказываю ребенку свою обиду: я старалась, а ты не ценишь. Потом сама себя останавливаю, он же не виноват, ему полтора года всего. Но осадочек неприятный, — признается другая.

Как же правильные мамы любят все усложнять! Мне это тоже знакомо. Сначала убеждаешь себя в необходимости каких-то специальных занятий для развития ребенка, рисуешь в своем воображении идеализированную картинку этих занятий, а потом испытываешь чувство вины и разочарование. Особенно трудно приходится мамам-перфек-ционисткам, которые любят стройные системы, строгое расписание и четкое поурочное планирование. А живой ребенок как будто специально рушит структуру, капризничая, отвлекаясь от занятия, все делая не так, как описывается в методическом пособии. Какой тут может быть выход? Отказ от идеализации. Здравствуй, хаос. Смещение фокуса внимания с результата на процесс. Процесс должен быть

таким, чтобы приносил удовольствие и ребенку, и взрослому.

ИЩЕМ СОРТЕР У СЕБЯ ДОМА
1
КОНТЕЙНЕРЫ – ОТЛИЧНАЯ МАТРЕШКА
2
ЗУБОЧИСТКИ И ТЕРКА – ОТЛИЧНЫЙ ЕЖИК
3
САХАР
КОРОБКА САХАРА – ИГРА «ВЕРНИ КУБИКИ ДОМОЙ»
4
КРЫШКИ ОТ БУТЫЛОК И КОРОБКА ИЗ-ПОД ОБУВИ
А ЕСЛИ НА КОРОБКУ НАКЛЕИТЬ КАРТИНКУ, С ПРОРЕЗЬЮ В МЕСТЕ РТА, ТО ЕЕ МОЖНО ЕЩЕ И «КОРМИТЬ»
А ЕСЛИ БРАТЬ С СОБОЙ НА УЛИЦУ, ТО СОРТЕР-ЧЕЛОВЕЧЕК ОХОТНО ЕСТ И КАМУШКИ, И ПЕСОК-КАШУ (А ЛОЖКОЙ ВООБЩЕ КРУТО), И ЛИСТИКИ
5
«ИГРА В ЗОЛУШКУ» ИЛИ РАЗЛОЖИ КРУПКУ
6
«ИГРЫ С ТЕНЬЮ» ИЩИ ПАРУ К ТЕНИ ПРЕДМЕТА

Какая у вас цель в приоритете? Провести занятие строго по расписанию и в точном соответствии с методичкой? Или развить ребенка? Если занятие проводится не ради самого факта занятия («я делаю все что положено»), а ради ребенка, то могу вас успокоить: в нежном возрасте вашего малыша любая деятельность в правильном контакте со взрослым будет развивающей.

Что значит правильный для развития контакт? Ребенка и

взрослого объединяет общая деятельность, и эта деятельность несет положительные эмоции каждой стороне, — могу предложить вам такое определение.

Если мама принуждает ребенка к полезному, на ее взгляд, занятию, если она пытается насильственно удержать его внимание, а у самого ребенка занятие не вызывает интереса, то такой контакт для развития неправильный. Будет лучше, если мама последует за ребенком туда, куда в данный момент направлен его импульс интереса.

Если ребенок принуждает маму катать с ним машинки, а маме это невыносимо скучно, то такой контакт для развития тоже неправильный. Задача мамы — придумать, как в эту деятельность привнести свой личный интерес. Проявите творческий подход, привнесите новый элемент в игру, усложните ее. Например, с помощью малярного скотча «нарисуйте» на полу лабиринт. Пусть ребенок не просто машинку по полу гоняет, а ищет выход из лабиринта.

Если мама качает ребенка на качелях левой рукой, а правой держит смартфон и все ее внимание обращено на экран, то и этот контакт, хоть и несет положительные эмоции каждой стороне, для развития неправильный, потому что отсутствует общая деятельность. Что же теперь, маме в смартфон смотреть нельзя? Можно. Просто надо понимать при этом, что в данный момент контакт хоть и есть, но с развитием ребенка он никак не связан.

Одинаково плоха любая крайность. Как полное отсутствие развивающего контакта, так и маниакальное стремление к тому, чтобы любой контакт был развивающим. Тотальность нервирует маму, мама находится в постоянном напряжении, в постоянном поиске идей развития. Напряжение утомляет и блокирует позитивные эмоции. А без маминых позитивных эмоций любой контакт перестает быть правильным для развития.

Хорошо, мама убирает смартфон. Но разве качание ребенка может быть развивающим? Представьте, да. Поиграйте, например, в такую игру: ловите малыша в полете за пяточки (легко задевайте ладонью). Весело комментируйте свои действия: «Правую поймала! Левую поймала!» У ребенка есть шанс запомнить, где правая нога, где левая.

Или на каждый взлет качелей можно декламировать по строчке стихотворения:

Я качаюсь на качелях
Еле-еле! Еле-еле!
А потом быстрей и выше,
Выше мамы, выше крыши.

Мама говорит: «Держись!»
Я взлетаю пяткой ввысь!

Так развивается чувство ритма, память, речь малыша (если он будет повторять вместе с вами строчки или хотя бы окончания). Эмоциональный интеллект также развивается, особенно если изображать разные эмоции: радости, тревоги, удивления.

> Если мама качает ребенка на качелях левой рукой, а правой держит смартфон, то контакт хоть и есть, но с развитием ребенка он никак не связан.

И, конечно, не надо ничего усложнять. Если, например, совсем не хочется отмывать от красок комнату после рисования и отстирывать краски с одежды, отправьте ребенка рисовать голым в ванную комнату. Даже не в ванную комнату — в ванну. Пусть рисует на кафельной плитке в свое удовольствие. Пять минут творческого безобразия, затем смыли душем краски со стены и с ребенка. То-то будет радости для вашего малыша — сначала стену испачкать, а потом отмыть. Ах да, рисунок на память не останется. Но это идея взрослых, что обязательно должен быть результат, а ребенку в этом возрасте достаточно удовольствия от процесса. Если уж очень хочется результат сохранить, к рисунку на кафеле можно приложить лист бумаги — останется цветной оттиск, будет что повесить в рамочку на стену. В изобразительном искусстве даже есть подобная техника — «монотипия» называется.

«Ленивая мама» стремится к тому, чтобы занятия приносили ощущение легкости и удовольствия. Обойдемся без напряжения.

Зачем учить ребенка падать

#физическоеразвитие
напрогулке

Еще с первого курса педагогического университета я вызубрила, что цель воспитания — всестороннее и гармоничное развитие личности. То есть тогда я просто вызубрила, а спустя много лет, когда начала работать в детском саду, поняла. Вокруг меня было много детей, а вот «всесторонне развитых» гораздо меньше.

Юлечка, например. Прекрасная речь. Прекрасная память. Быстро запоминает стихи и песни. С удовольствием поет, с выражением рассказывает. Много всего знает. А вот прыгать не

умеет. Бегает неуклюже. Падает на ровном месте и всегда при этом головой ударяется.

До детского сада с Юлей сидела бабушка. Бабушка мамы. Прабабушка то есть. В прямом смысле сидела. Сядет на диванчик, Юлечку на колени посадит и сидит. То сказки рассказывает, то песни поет. Юля девочка спокойная, усидчивая, могла весь день на диванчике просидеть. А старенькой бабушке того и надо, чтобы она сидела. И гуляли они так: выйдут во двор, на лавочку сядут и книжку читают или голубей кормят. Потому что если Юлечка много ходит или куда залезть придумает — это хлопотно, это тяжело.

Родители неуклюжесть Юлину замечали, но думали, что дочка просто маленькая еще. Бывают же, в конце концов, неспортивные люди. Бывают. Совершенно необязательно всем быть спортсменами. Но хорошее физическое развитие — это здоровье ребенка и его безопасность. Ребенок реже болеет и реже падает. Поэтому важно гулять с ребенком. Именно гулять. То есть ходить ногами. Не удерживать ребенка всю прогулку на лавочке или качельках.

Надо много бегать. Бегать по прямой. Бегать по кругу. Бегать спиной вперед. Надо играть в мяч. Учить попадать ногой по мячу, догонять мяч, отбрасывать от себя мяч и ловить его. Кому-то это может показаться странным, но я встречала нормальных, здоровых детей, которые этими навыками не обладали даже в возрасте четырех лет. Если не тренировать умение поймать предмет, то сам по себе этот навык не возникнет. Автоматически с наступлением определенного возраста умения не добавляются.

Надо спускаться и подниматься по ступенькам. Необязательно вызывать лифт с первого этажа. Например, до третьего этажа можно подняться пешком, считая ступеньки, а потом уже вызвать лифт и ехать на свой родной девятый.

Разрешите ребенку ходить по бордюрам (по поребрикам, если вам так больше нравится) — это отличное упражнение на развитие равновесия.

Позволяйте залезать на пеньки, скамейки, заборчики, большие камни. Не спешите помогать малышу. Часто вижу: ребенок только закинул ногу на скамейку, чтобы залезть, а заботливая мама, разгадав намерение, уже подхватывает и усаживает его. Сама.

Не обходите стороной шведские стенки, горки и прочие конструкции для лазания и ползания на детских площадках. Страхуйте для безопасности, но позволяйте залезть.

Тренируйте навык подъема в горку и спуска с горы. Если нет естественной ландшафтной горки, можно такую горку соорудить,

положив, например, доску на ступеньку.

Доска вообще универсальный тренажер. В нашем детском саду от постройки веранды осталась хорошая оструганная доска, так мы с ней играли очень долго. Клали доску на два кирпича и играли в «Пройди по мостику». Тренировали навык перешагивания через препятствие. Перешагивали сначала через лежащую на земле доску, потом через стоящую ребром (удерживали ее кирпичи), потом через лежащую на кирпичах — третий уровень сложности. Подложили под доску один кирпич посередине, и получился балансир. Идет ребенок от одного края доски до середины, поднимается вверх, шаг — и доска меняет положение, теперь нужно спускаться. И при этом надо удерживать равновесие. (Естественно, взрослый рядом, страхует.) Положили доску на край песочницы — получилась пологая горка, можно тренировать навык подъема и спуска.

Хорошая идея — закатывать в горку и скатывать с нее мячик. Если доску на край скамейки положить — горка получится более крутая. (Доска должна быть хорошо закреплена.) А можно под доской пролезать — тоже важный навык. Снова положили доску на землю — играем в игру «Перепрыгни через доску» или «Пройди по доске спиной вперед».

Очень важно тренировать вестибулярный аппарат. Чтобы в транспорте не укачивало. Чтобы равновесие легче удерживать. Для этого отлично подходят качели, карусели, балансиры. Но можно и без них — при наличии сильного взрослого, который будет качать ребенка на руках или усадив на ногу. Или танцевать под музыку, держа ребенка на руках. Кружить, удерживая за две руки или «самолетиком» — за руку и ногу.

Отличное семейное развлечение получается, если родители берут небольшое одеяло и помещают в центр лежащего ребенка. Мама держит одеяло за два уголка, и папа с противоположной стороны держит одеяло за два уголка. Вместе поднимают и начинают покачивать вправо-влево, вперед-назад, выше-ниже, то медленно, то чуть быстрее.

А еще можно посадить ребенка на один край одеяла и, держа одеяло за другой край, катать его (ребенка, конечно) по полу из одной комнаты в другую.

У нас дома для физического развития был следующий инвентарь. Собственно, кое-чем мы до сих пор пользуемся, а что-то уже давно переросли.

✓ **Лошадка-качалка.** Если снять балансирующую подставку, лошадка превращается в аналог беговела, — отталкивайся ногами и разъезжай по всей квартире. Сама по себе подставка тоже

представляла интерес: можно было раскачиваться на ней стоя, поставив ноги по краям и перемещая центр тяжести с одной ноги на другую.

✓ **Фитбол.** Это такой большой мяч, на нем можно качаться, перекатываться. Сначала с помощью взрослого, а потом самостоятельно, отталкиваясь ногами.

✓ **Небольшой круглый батут.** Наличие батута вопреки моим ожиданиям не спасало от прыжков на диване и кровати. Дети прыгали везде. В том числе со спинки дивана на батут.

✓ **Спортивный комплекс:** шведская стенка, турник, веревочная лестница, кольца.

✓ **Гамак для йоги.** Гамак вообще-то изначально приобретался для мамы. Но чаще на нем кружатся, качаются и летают все-таки дети.

✓ **Куча мягких подушек.** Подушечные бои у нас не только не запрещены, но даже приветствуются. В таких боях развивается способность уклоняться, уворачиваться от ударов (пригодится в контактах на детской площадке), развивается скорость реакции.

✓ **Баскетбольное кольцо.** Тренировка навыка бросания в цель, развитие меткости. По мере роста ребенка кольцо поднималось все выше. Но мяч мы использовали не настоящий баскетбольный, а мягкий, из ткани, набитый синтепоном. Использование настоящего баскетбольного мяча мне бы не простили соседи снизу.

✓ **Мягкий мат.** Не в смысле подбадривающей лексики, а в смысле безопасного напольного покрытия под спортивным комплексом. А еще на нем можно учиться кувыркаться и перекатываться. Различные перекаты нужны для мягкого падения. Сравните: ребенок падает из положения стоя, плашмя, принимая весь удар на затылок, или подгибает колени и мягко перекатывается с ягодиц на спину, прижимая подбородок к груди.

В Интернете можно найти много видеороликов о том, как правильно падать. Посмотрите, попробуйте на себе, а потом научите ребенка. Просто видеть примеры и знать теорию недостаточно. Важно довести движения до автоматизма — чтобы в случае необходимости думать не пришлось, тело само должно вспомнить. Сначала просто учите перекатам, а потом именно отрабатывайте навык падения, легко толкая ребенка на мат в игре: «Падай!»

Часть 3

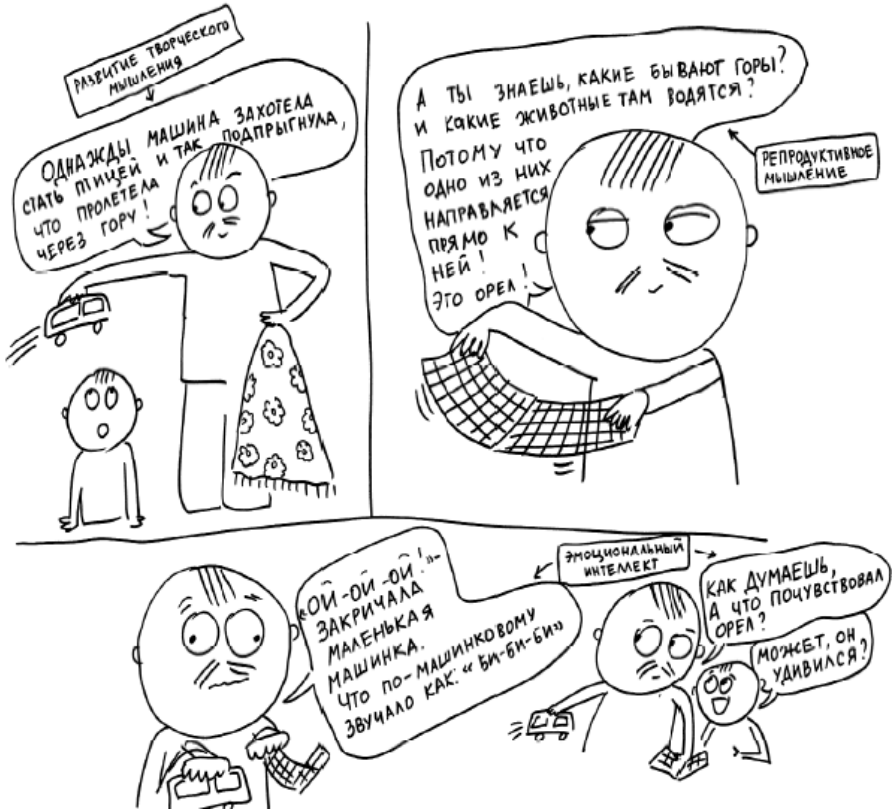
ОТ ТРЕХ ДО ЧЕТЫРЕХ

#психологиявозраста

эмоциональныйинтеллект

Главный вид деятельности этого периода — игра. И это вроде бы все уже знают. Но не все правильно понимают. Некоторые взрослые понимают это как «любимый вид деятельности». То есть то, чем ребенок будет заниматься, если не увлечь его «полезными занятиями». Рассуждают они примерно так: «Конечно, ему интереснее машинками играть, но надо ведь еще и интеллект развивать» — тем самым принижая развивающий потенциал игры.

«Ведущий вид деятельности» — это та деятельность, которая, собственно, и решает основные задачи развития данного возрастного периода. Критерием развития здесь выступает игра. Более развит тот ребенок, у которого игровая деятельность сложнее. Он может не просто катать машинки по ковру, а сочинить целый игровой сюжет. Люди на машине поехали в гости в другой город, по дороге встретили друзей, договорились ехать вместе, потом у них кончился бензин, потом колесо спустилось, потом они заблудились, потом начался сильный ливень, дорогу размыло, но машина превратилась в лодку или вертолет. Естественно, чтобы дойти до такого высокого уровня сюжетно-ролевой игры, необходимо, чтобы в игре участвовал взрослый, который, следуя за фантазией ребенка, будет подсказывать ему новые повороты сюжета. Если взрослый не становится полноценным участником сюжетно-ролевой игры, он существенно обедняет развитие ребенка. Главный компонент свободной игры — творчество. Если взрослому неинтересно играть с ребенком в куклы, мишки, собачки, значит, он не привносит в эту игру элемент своего творчества. Не выруливает игровой сюжет так, чтобы самому стало интересно в игре. При таких условиях творческое мышление у ребенка не развивается. Если родители регулярно переключают внимание ребенка с игровой деятельности на выполнение заданий по изучению букв, цифр, геометрических фигур, видов животных и растений, то в этом случае акцент делается на развитие репродуктивного мышления. Репродуктивное мышление — усвоение и воспроизведение готовых знаний. Хороший исполнитель — не более. А вы, дорогие родители, какую стратегическую цель преследуете? Малыш читает, знает много фактов — это эффектно, производит впечатление на родственников и знакомых, дает возможность родителям испытывать приятное чувство гордости. Но это не свидетельство хорошего развития. Это больше про хорошую обучаемость ребенка и настойчивость родителя. И это, конечно, не предполагает собственной активности ребенка, не реализует его интеллектуальный и творческий потенциал.


Развитие творческого мышления
Однажды машина захотела стать птицей и так подпрыгнула, что пролетела через гору!
А ты знаешь, какие бывают горы? И какие животные там водятся?
Потому что одно из них направляется прямо к ней! Это орел!
Репродуктивное мышление
Эмоциональный интелект
Ой-ой-ой! — закричала маленькая машинка. Что по-машинковому звучало как: «Би-би-би»
Как думаешь, а что почувствовал орел?
Может, он удивился?

Девочка перевязала ленточкой лапу плюшевого медведя, а под другую лапу сунула карандаш, после чего взяла мишку на руки и стала укачивать, напевая колыбельную песенку. Она перенесла свой жизненный опыт посещения травмпункта и поликлиники на игрушку — это мыслительная операция. Она решила, что ленточка похожа на бинт, а градусник на карандаш, — это мыслительная операция. Между прочим, когда ребенок заменяет один предмет другим по принципу «допустим, карандаш будет градусником», — это формирование знаковой системы. Знаковая система — основа основ в математике. Потому что в математике все предметы и явления окружающего мира заменяются знаками. А еще девочка смогла с ходу сочинить для мамы историю, поведать, что случилось с мишкой и почему у него лапа перебинтована. Для ее возраста это очень сложная мыслительная операция, но она справилась. А еще она проявила эмпатию. Она умеет своего мишку пожалеть — это свидетельство развития эмоционального интеллекта. И все это она производит по собственной инициативе. Присутствует личная активность, которая выступает одним из главных условий полноценного

психического развития. Такая игра — это не просто заполнение времени.

Был у меня в группе ребенок, который много знал, но при этом не умел играть, не мог включиться в игру со сверстниками. Родители это объясняли так: «Он не по годам развит, поэтому ему со сверстниками не интересно». И задавались вопросом: «Может, его перевести в группу к детям постарше?» Но многознание еще не делает ребенка зрелым. Неспособность общаться со сверстниками может быть сигналом того, что в какой-то области ребенок отстает от них в развитии. Например, в эмоциональной сфере.

Бабушка пришла забирать своего «вундеркинда» из детского сада. Он сидел на скамеечке и листал книгу.

— Бабушка, смотри, это ягуар!

— Нет! Это корова! — бросает фразу пробегающий мимо другой мальчишка. Он так шутит. Он давно знает, как выглядит корова. Но всегда называть корову коровой, а ягуара ягуаром — это так скучно.

Третий мальчик из группы видит в книжке ягуара, слышит версию про корову, понимает шутку и тоже шутит:

— Нет, это кенгуру!

Они переглядываются, и оба хохочут.

«Вундеркинд» поднимает на бабушку удивленные глаза:

— Бабушка, почему они так говорят? Это же ягуар! Они что, глупые?

А «глупые» тем временем начинают дружно прыгать и ритмично скандировать:

— Кенгуру кричит «му-му!»

Они умеют придумывать шутки, понимают шутки других, эмоционально на них реагируют, шутят в ответ, проявляют творчество, умеют рифмовать и чувствуют ритм.

Устав прыгать, один мальчик говорит другому:

— Я кенгуру, и я тебя съем!

Второй моментально включается в новую игру. Взвизгнул и побежал по группе, крича и размахивая руками:

— Спасайтесь, кто может!

Этим они еще больше удивили «вундеркинда», потому что:

— Бабушка, кенгуру ведь травоядные!

Знает он много. А вот играть не умеет.

Многознание еще не делает ребенка зрелым. Неспособность общаться со сверстниками может быть сигналом того, что в какой-то области ребенок отстает от них в развитии.

Перевод от «глупых» детей в группу постарше ситуацию не исправит. Потому что проблема не в том, что другие дети мало знают, а в том, что этот ребенок играть не умеет. Задача своего возраста не выполнена. Перевод в другую группу автоматически не решит эту проблему, а вероятней всего, еще больше усугубит.

— Но у него лучше получается взаимодействовать с ребятами постарше! С ними же он играет!

Это не у него лучше получается. Это у них лучше получается. Это они уже умеют слушать, уступать, могут проявить снисхождение к маленькому, придумать совместную игру и рассказать ему, что делать.

БАБУЛЕЧКА! ЭТИ ДЕТИ В САДИКЕ ДИКИЕ... ОНИ НЕ ЗАХОТЕЛИ УЧИТЬ СО МНОЙ НАЗВАНИЯ ПАСЛЕНОВЫХ!
ЕЕЕЕЕЕ
СЛАВОЧКА, БАБА ТЕБЯ СЛУШАЕТ! ТЫ МОЙ ГЕНИЙ!

После трех не поздно

#чутьчутьфизиологии
счастье

Я не знаю, на чем в большей степени держится этот миф, что после трех уже поздно. На родительском тщеславии? На желании,

чтобы ребенок был лучше, чем у других? (И тогда «я самая лучшая мама».) Или на родительском страхе «недодать» чего-то ребенку? А может, на желании обеспечить ребенку легкую жизнь в будущем? Но кто сказал, что чем больше он узнает до трех лет, тем легче ему будет в последующей жизни?

Из самых лучших побуждений некоторые родители стараются вложить в малыша как можно больше знаний. Я редко использую обобщения, но здесь, пожалуй, не будет ошибкой сказать, что все родители желают своим детям счастья. А разве счастье в многознании? Я как-то спросила у читателей своего блога: когда они сами чувствуют себя счастливыми? Какой человек, по их мнению, счастливый? И получила следующие ответы:

✓ Тот, кто удовлетворен своим местом в жизни, своим делом и своими отношениями с окружающими.

✓ Тот, которого любят, ценят и уважают.

✓ Тот, кто самореализовался.

✓ Тот, кто умеет радоваться тому, что есть.

✓ Тот, кто вкладывает душу в свою работу.

✓ Тот, кто умеет любить, дружить, прощать, ладить с близкими.

✓ Деятельный, любознательный, сильный духом, уверенный в себе, с высокой самооценкой.

МИШЕНЬКА НЕ ХОЧЕТ ЗАНИМАТЬСЯ...
НУ В КОНЦЕ КОНЦОВ, МЫ ЖЕ ХОТИМ СЫНУ ТОЛЬКО СЧАСТЬЯ. ПУСТЬ НЕ ЗАНИМАЕТСЯ СЕЙЧАС, ПУСТЬ РАДУЕТСЯ... ДЕТСТВО ЖЕ!
КОНЕЧНО, Я ХОЧУ, ЧТОБЫ МИШЕНЬКА ПРОСТО БЫЛ СЧАСТЛИВ!
НО ДЛЯ СЧАСТЬЯ ЕМУ НУЖНО ВЫСШЕЕ ОБРАЗОВАНИЕ, АНГЛИЙСКИЙ И МУЗЫКА!

Все перечисленное — не про большой объем знаний. Дружить, любить, прощать, радоваться, ладить, вкладывать душу, быть уверенным — это про эмоциональный интеллект. Именно так. Счастье — оно из эмоциональной сферы. Высокая должность, большие доходы сами по себе еще не делают человека счастливым. Человек — существо социальное. Иначе нам бы не нужна была речь в принципе. Человек счастлив, когда окружен приятными контактами. Контактами, в основе которых любовь, уважение, принятие, взаимный интерес. Кому-то этих контактов нужно больше, кому-то меньше. Быть отвергнутым, непринятым, непонятым — болезненно.

Я согласна с тем, что в дошкольном возрасте у ребенка самый высокий потенциал развития. Но мне кажется, что лучше этот потенциал направить на развитие эмоционального интеллекта, на коммуникативные навыки — то, что в дальнейшем поможет быть счастливым.

Говорят, мозг ребенка в этот период — до трех-шести лет — действительно может вместить безграничный объем информации. Можно выучить все марки автомобилей, столицы всех государств, названия всех животных и птиц, фамилии художников и актеров, пару иностранных языков. Но зачем? Оправданно ли такое использование потенциала мозга для будущего счастья?

Ресурс развития мозга не ограничен. Наш мозг продолжает развиваться и после трех, и после тридцати трех, и даже после шестидесяти, если его нагружать новыми нестандартными задачами. Это значит, если потом у ребенка появится потребность в чем-то — он сможет все это выучить.

А вот ресурс времени и энергии, отпущенной на период бодрствования, — ограничен.

Приведу такой пример. МарьИванна весь день двигала папки в архиве и сами стеллажи, размахивая тряпкой, по приказу начальника проводя генеральную уборку. Пыль с потолка собрала, окна помыла. А начальник говорит: «Так, теперь мне еще отчет за прошлый квартал подготовьте». МарьИванна говорит ему, что устала, сил нет. От чего, собственно, устала? То ж физическая деятельность была, а не умственная. А все равно устала. Села за отчет, на цифры смотрит, а глаза от усталости слипаются. До конца рабочего дня на эти цифры пялилась, что-то сводить пыталась, но эффективность нулевая. Только ошибок кучу наделала. Пришла с работы, а там подруга, в театр зовет, билетик лишний есть. Спектакль смотреть — это ж не работа. Поехали да поехали, редко общаемся, хоть раз в год в театр выбраться. Уговорила. Смотрят спектакль. Подруга героям сопереживает, то плачет с ними, то смеется, ключевую мысль пьесы обдумывает, метафоричность сюжета смакует, игру актеров оценивает. А МарьИванна в кресле уснула… Проснулась только в антракте, когда вокруг «браво!» кричать стали… Домой приехала, а там муж и дети, по общению соскучившиеся. Говорят и говорят, событиями дня минувшего делятся. И ловит себя МарьИванна на мысли, что она их слушает, даже кивает, но сути не понимает, сказанное уже не анализирует. Спроси ее сейчас: «О чем я только что говорил?» — она и повторить-то не сможет… Это зарисовочка для тех, кто считает, что одно другому не мешает и можно нагружать ребенка энциклопедическими знаниями без ущерба для его физического, творческого и эмоционального развития.

«Она у нас девочка очень умная, но какая-то истеричная», — говорят родители. Они не связывают истеричность с переутомлением от занятий: «Но она же так легко все запоминает!» Легко запоминает — еще не значит, что она при этом не утомляется. Ресурс дневной выбран. Нет энергии для того, чтобы учиться еще и эмоциями управлять.

Приоритеты в развитии ребенка лучше расставить таким образом

1. *Физическое развитие, максимум двигательной активности*. Учеными давно доказано, что физические упражнения улучшают

функции мозга. Желательно эти упражнения выполнять на свежем воздухе, так как мозг является органом, весьма энергично потребляющим кислород.

2. *Эмоциональное и творческое развитие,* которое проще всего реализуется через игру.

3. *Развитие коммуникативных способностей* — это тоже проще реализовывать через игру.

Все вышеперечисленное можно реализовать одновременно в подвижной игре на улице. Отсюда следует, что для дошкольника дворовый футбол, прятки, жмурки, салки, кошки-мышки лучше занятий за партами. Задача дошкольного детства не обучать ребенка, а подготовить его к обучению в дальнейшем. Чтобы в школу он пришел физически крепким, умеющим общаться со сверстниками, удерживать внимание. С этой базой он будет достаточно легко усваивать новые знания. Укрепленные мышцы спины не будут уставать от сидения. Нервная система не будет перегружена конфликтами и комплексами.

Если я вас еще не убедила, что после трех не поздно, добавлю такой аргумент. Легендарный Масару Ибука написал свою книгу о раннем развитии «После трех уже поздно» в 1971 году. В те годы ученые считали, что после достижения зрелости новые нейроны в мозге человека уже не рождаются. Эта мысль была распространена среди нейробиологов вплоть до середины 1990-х годов. Но уже в 1998 году были получены первые доказательства нейрогенеза в гиппокампе взрослого человека. Если совсем по-простому, то гиппокамп — это участок мозга, который,

помимо всего прочего, отвечает за память. Таким образом, если ваш ребенок что-то не успеет запомнить в дошкольный период, у него будет возможность выучить это позже.

Выдыхаем, родители, и идем играть.

Нравится ли ребенку учиться?

#чутьчутьфизиологии
фундаментдляматематики

— Но ему же самому нравится учиться, сидеть со мной и решать все эти задачки…

Что тут ключевое? «Нравится сидеть со мной» или «нравится решать задачки»?

Часто родители путают интерес к «быть рядом с мамой» с интересом к собственно задачкам. Понятно, что ребенок хочет быть с мамой. А мама считает, что время «надо проводить с

пользой». Как только ребенок отвлекается на игру, мама сразу выходит из контакта, потому что «поиграть он и без меня сможет». Вскоре ребенок понимает, что он может быть с мамой только в процессе решения задачек, поэтому соглашается на мамины условия. А мама еще больше вдохновляется, потому что «ему же нравится». А вы возьмите и проверьте, насколько нравится. Если мама с таким же энтузиазмом играет с ребенком в жмурки и в прятки, с каким изучает этапы развития бабочки по картинкам, то что выберет ребенок? Вот если ребенок сам будет тянуть маму на решение задачек, предпочитая им игры, тогда да, я поверю, что ему самому это нравится.

Вообще любая игра в этом возрасте — это время, проведенное с пользой. И прятки, пожалуй, даже более полезны, чем знание о том, что там происходит с бабочкой. Развитие мозга происходит через движения. Например, когда ребенок лезет по шведской стенке на турник, а потом повисает на нем, болтая ножками, — это закладка фундамента под математические знания. А вы думали, математика с цифр начинается? Нет! Она начинается с пространственных представлений «выше», «ниже», «ближе», «дальше», «правее», «левее». И прежде чем ребенок начнет определять «правее-левее» в пространстве листа, он должен научиться понимать это через собственное тело. Ему важно двигаться в пространстве. Залез ребенок на первую перекладинку, уловил ощущение. Поднялся на вторую. Посмотрел вниз, сравнил расстояние. Еще выше — это еще дальше от земли. Остановился, решает: подняться дальше или спрыгнуть? Оценивает расстояние, соизмеряет это со своими силами.

МА-АМ! МНЕ СКУЧНО...
ПОРЕШАЕМ ЗАДАЧКИ?
ТОЛЬКО ВМЕСТЕ!
ДА, ПРЕДСТАВЛЯЕШЬ, УЖЕ ТРЕТИЙ ДЕНЬ ПОДРЯД ПРОСИТ ЗАДАЧКИ ПОРЕШАТЬ! МАТЕМАТИКОМ БУДЕТ

Игра в мяч — тоже закладка фундамента под математические знания, потому что это прекрасный способ развития пространственных представлений. Мяч далеко или близко?

Игра в мяч — тоже закладка фундамента под математические знания, потому что это прекрасный способ развития пространственных представлений.

В какую сторону он катится? Какими должны быть направление и сила удара, чтобы мяч полетел в нужную сторону?

«Если бы все было так, то все футболисты были бы гениальными математиками», — возразила мне на это одна мама со скептической усмешкой. Согласна, я редко встречала математиков-футболистов. Вместе со мной на математическом факультете учился только один профессиональный футболист, и то потому, что у него папа работал преподавателем математики. Но я же говорю про фундамент, а не все здание. Фундамент для математики был заложен в раннем детстве через подвижные игры с правилами, в том числе через игры с мячом. Но от дальнейшего построения дворца для царицы наук в семье моего сокурсника решили отказаться, серьезно математикой заниматься не стали,

потому что любовь к футболу оказалась сильнее. Тем более что для футбола тоже был заложен фундамент в том же нежном возрасте через те же подвижные игры с мячом. Вы, главное, играйте с ребенком в мяч много и с удовольствием, а ребенок потом, когда вырастет, сам решит, фундаментом чего он хочет сделать полученные навыки. Именно в этом и есть суть развития — заложить фундамент, на котором в будущем можно строить все, что пожелается.

«А со мной родители не играли…»

#напрогулке
эмоциональныйинтеллект

— Почему я вообще должна играть с ребенком? Я, например, не помню, чтобы со мной родители играли. Мне кажется, нас целое поколение выросло, детей, которые сами играли, без участия взрослых. А сейчас что-то с детьми случилось, вероятно, что они сами не играют.

С детьми ничего не случилось. Изменения коснулись нашего жизненного уклада. Раньше детей спокойно выпускали во двор гулять одних. Вместе собирались дети от трех до десяти лет. Старшие учили играть младших. Дети легче знакомились, легче общались. Фразой «Мальчик, будешь с нами играть?» вовлекался в игру новый участник. Все искали возможность поиграть вместе. Тот, кто выходил во двор первым, собирал себе компанию, крича с улицы в открытые окна знакомой квартиры: «Сережа, выходи!» Или стуча в дверь: «А Наташа выйдет?» Если же во дворе было уже много детей, то организовать совместную игру можно было с помощью кричалки-зазывалки: «Собирайся, народ, кто в прятки идет!» Не в прятки, так «в ляпки», не «в ляпки», так «в вышибалы». «В вышибалы» было не по размеру, качество рифмовки страдало, но нас это не смущало. Еще сложнее в эту зазывалку было встраивать название популярной игры «двенадцать палочек». «Собирайся, народ» мы скандировали, пробегая по периметру двора, и к нам подтягивались желающие играть, увеличивая многоголосье общего хора.

> Раньше детей спокойно выпускали во двор гулять одних. Вместе собирались дети от трех до десяти лет. Старшие учили играть младших

Если у вас сейчас есть такая среда (например, закрытый охраняемый двор), то можно с ребенком не играть, эту функцию

легко выполнят соседские дети. Возможно, что для начала их нужно будет организовать. Собрать вместе и научить играть. «Жмурки», «кошки-мышки», «классики»… Игры с четкими правилами, с установленным порядком действий — это тоже фундамент для изучения математики, потому что в математике при вычислениях нужно будет соблюдать определенный порядок действий.

В выигрышном положении находятся многодетные семьи. В семье, где пятеро погодок, маме тоже можно не играть с младшими детьми, если дети играют друг с другом (старших в свое время научили играть взрослые). Но если у вас только один ребенок, а во дворе нет компании для игр, то без вашего участия в игровой деятельности никак не обойтись. Поэтому играйте. Это важно.

Либо организуйте ребенку компанию для совместных игр. Я выбирала вариант «найти компанию», охотно приглашая на прогулку или принимая у себя в гостях соседских детей.

Родители были довольны тем, что дети под присмотром и есть возможность заниматься в это время своими делами. Дети были довольны возможностью совместной игры. Я же была довольна тем, что мой ребенок занят игрой с другими детьми, а значит, я тоже могу делать свои дела, параллельно присматривая за процессом, чтобы вмешаться в случае необходимости.

Может показаться, что родители таким образом избавились от детей, чтобы заниматься своими взрослыми делами, вместо того чтобы заниматься детьми.

Я С ТОБОЙ БОЛЬШЕ НЕ ДРУЖУ!
НЕ ОЧЕНЬ-ТО И ХОТЕЛОСЬ!
ВАЛЕРА, ОНИ РУГАЮТСЯ...
НЕ РУГАЮТСЯ, А РАЗВИВАЮТ КОММУНИКАТИВНЫЕ СПОСОБНОСТИ И ЭМОЦИОНАЛЬНЫЙ ИНТЕЛЛЕКТ!

Но когда дети играют с детьми, а не со взрослыми, — это развитие коммуникативных способностей и эмоционального интеллекта. В компании себе подобных дети играют более эмоционально, чем со взрослыми. Взрослый редко играет с ребенком на равных. Взрослый часто в игре уступает, подыгрывает, соглашается, сглаживая острые моменты, предупреждая негативные эмоции своего малыша. При таких условиях у ребенка нет пространства для тренировки отстаивания своей позиции. И уступать он тоже не учится.

— Как ты можешь это выдерживать? Это же такой шум весь вечер! — удивляется мама Сони, пришедшая к нам за дочкой. Мы с ней уже полчаса пьем чай на кухне. За это время Саня с Соней пять раз поссорились и помирились. В момент кульминации конфликта то Саня кричит: «Я тебя больше в гости не позову!», то Соня: «Я тогда сейчас домой уйду и больше не приду!» Но потом кто-то кому-то уступает, и игра продолжается. Или никто никому не уступает. Какое-то время они молча дуются друг на друга. Потом начинает работать известный феномен «Вместе тесно, а врозь скучно». Дети поскучают и снова играют вместе. От визита к визиту количество споров и ссор между ними уменьшается. Дети — с помощью взрослых — учатся договариваться, делиться игрушками, уступать, не так эмоционально реагировать. Как

следствие, они реже обижаются и злятся. К пяти годам они начинают соотносить свое поведение с реакцией другого: «Если я скажу вот это, то Соня обидится. Если поступлю вот так, то Соня рассердится». Это и есть проявление эмоционального интеллекта — способности человека осознавать свои и чужие эмоции, улавливать то, чего хотят другие люди, уметь с ними поладить.

Что делать с детскими эмоциями

развитие
эмоциональныйинтеллект

— Дай! Я хочу качаться!
— Нет. Я первый занял.
— Ну дай! Ты уже долго!
— Ну и что, хочу и качаюсь!
— А я тогда твой замок сломаю!

Это взрослому понятно, что угроза не равна осуществлению. Ребенок может отреагировать на угрозу, как на уже свершившийся акт.

— Зачем ты его ударил?
— А он хотел мой замок сломать!
— Но не сломал же!

С позиции взрослого поступок кажется нелогичным. Вот если бы один ребенок замок действительно сломал, реакция другого была бы логичной реакцией мести. Но это взрослому так кажется, а ребенок, услышав угрозу, немедленно погружается в эмоцию гнева. Гнев требует выхода, требует реакции. Поэтому так отчаянно хочется стукнуть того, кто гнев спровоцировал. Вот и стукнул, а другой ответил.

— Раз вы деретесь, мы пойдем домой!

В рев оба:

— Мы хотим играть!
— Так играйте! Что вы деретесь-то?!

А это тоже часть игры. Ведущий вид деятельности вбирает в себя все аспекты, включая драку. И когда один владеет чем-то, что нужно другому, — это может быть игра в стиле «А ну-ка отними!».

В детских играх много эмоций. Радость, гнев, интерес, удивление, разочарование, огорчение… И если радость взрослыми воспринимается как должное («игра должна приносить радость»), то гнев и огорчение воспринимаются как «что-то пошло не так, значит, игру надо прекратить». Однако игра — отражение реального мира, и в ней есть место для любых

эмоций. Когда, как не в игре, учиться эти эмоции проживать и выдерживать?

Но сначала выдерживать детские эмоции должен научиться взрослый.

Взрослый, который не выдерживает эмоций ребенка, может запретить ему их проявлять: «Прекрати орать! Замолчи!» И это сигнал ребенку: «Я не принимаю тебя, когда ты так себя выражаешь». Взрослый, не выдерживающий эмоций ребенка, начинает погружаться в свои эмоции и реагирует на гнев ребенка своим гневом. А если эмоции выдерживать, то это как? В психологии есть термин «контейнирование». Если этот процесс визуализировать, то у меня получается такая картинка: я беру ярость своего ребенка, разглядываю, любуюсь — в ней столько силы и энергии, а потом помещаю в красивую коробочку и перевязываю ленточкой.

> Важно пойти с ним в это горевание и оплакивание потери. Признать право этих эмоций на существование. Побыть с ним рядом, не осуждая и не обесценивая его эмоции.

То, что сейчас происходит с ребенком, — это просто эмоция.

Мой ребенок имеет право на любые эмоции.

И даже если гнев моего ребенка направлен против меня, это не показатель того, что я плохая мама. Наоборот, это значит, что я хорошая мама, способная создать для своего ребенка пространство для безопасного выражения любых эмоций.

В момент, когда ребенок захвачен эмоцией, от меня требуется назвать ее. Дать ребенку понять, что мне знакомо то, что с ним происходит, и это нормально.

«Ух, как ты злишься!»

Или: «Тебе грустно?»

Только после того как эмоция названа и принята, можно попробовать переключить ребенка на другую эмоцию.

* * *

Идет навстречу малыш и горько рыдает. Громко, безутешно, на всю улицу. Мама ему протягивает палочку «Твикс». Но малыш не видит вкусняшку, так как глаза его закрыты и слезы рекой…

— Возьми мою, мне не жалко! — говорит мама.

Но малыш так громко кричит, что голоса маминого не слышит…

— Ну что ты так расстраиваешься! Ведь не из-за чего!

Еще через несколько шагов я увидела вторую палочку «Твикс», прямо в луже. И стала понятна причина горьких слез малыша. На самом деле есть из-за чего расстроиться. Ребенок оплакивает потерю. Ему грустно и обидно. Мама искренне старается его утешить, переключить на другую эмоцию. Но этап принятия текущей эмоции отсутствует. Малыш застревает в неназванной и непризнанной эмоции.

Важно пойти с ним в это горевание и оплакивание потери. Признать право этих эмоций на существование. Побыть с ним рядом, не осуждая и не обесценивая его эмоции. «Я понимаю, как ты сейчас расстроен. Мне бы тоже было обидно потерять шоколадку. Я однажды, когда была маленькая, мороженку уронила. Она подтаяла и выскользнула из стаканчика прямо на платье, а потом на асфальт. И мороженку не поела, и платье запачкала. Я так плакала. Так мне грустно было. А потом мне мама другую мороженку купила. А давай я тебе свою шоколадку отдам? И та шоколадка не пропадет. Ее собачка съест. Побежит мимо, увидит вкусняшку, обрадуется и съест. Давай будем считать, что ты собачку угостил. А я тебя угощу».

Ребенок узнал, как называется то, что он чувствует. Узнал, что у других в похожих ситуациях бывает так же, те же эмоции. Через подобные разъяснения развивается эмоциональный интеллект.

Сначала мы называем ребенку его эмоцию. Потом он будет сам сообщать о своих эмоциях.

— Я злюсь!

— Я на тебя обижаюсь!

— Мне грустно стало.

Поведение при этом часто становится социально приемлемым.

Швыряние предметами — это невербальное выражение злости. Если злость можно выразить вербально — рассказать о ней, — то отпадает необходимость выражать ее невербально.

Развивать эмоциональный интеллект можно через чтение книг и рассматривание иллюстраций. Здесь герой грустит. Здесь он радуется. А здесь он удивлен.

Можно сочинять свои варианты развития событий и предполагать эмоции героя: «А если случится так, то он расстроится или обрадуется?»

Можно играть в игры-подражания: «Вот идет сердитый гном. Вот идет веселый гном. Вот идет печальный гном».

Разбирая детские конфликты, важно не просто выяснять, кто прав, кто виноват, а объяснять всем участникам эмоции каждого. Можно еще задавать вопрос:

«А что бы ты чувствовал на его месте?» Необязательно при этом дожидаться ответа. Ребенку в этом возрасте сложно поставить себя на место другого. Скорее это будет вопрос на опережение. Достаточно понимания, что есть я и есть другие. «Я временами чувствую разные эмоции. И у других тоже бывают эмоции».

Котопедагогика

#эмоциональныйинтеллект
воспитаниенравственности

Вот так мечтаешь о шоколадном британце, планируешь время и обстоятельства, когда возьмешь котенка своей мечты. Думаешь, что вот еще годик, и ребенок вырастет до того уровня сознательности, когда он будет безопасен для котенка. И да, надо еще раз сделать аллергопробы, чтобы убедиться окончательно: ребенок не реагирует на кошачью шерсть, а значит, котенок будет безопасен для него. Присматриваешься к заводчикам и питомникам, прицениваешься… А в один прекрасный день все твои планы на породистого котика замечательным образом рушатся…

Только мы вышли во двор, как мимо нас с Сашкой пронесся мальчик лет девяти. В руках он держал желтое пластмассовое ведерко для песка. Вместо песка там был живой котенок. Совсем крошечный, помещающийся в небольшое ведерко со всеми лапами. Только уши торчат. И большие испуганные глаза. Я проводила взглядом не мальчика, но котенка. Мальчик подбежал к большой коробке, вокруг которой кучковались несколько девочек. Старшая из девочек, увидев нас, призывно крикнула:

— Возьмите котенка!

Мы подошли ближе. В коробке, беспокойно тыча друг друга носами, сиротливо пищали шесть маленьких котят.

— Откуда они у вас? — взволнованно интересуюсь я (такие беззащитные, и на самом солнцепеке!).

— С помойки! — бодро ответили девочки. — Их кто-то вместе с коробкой выкинул. Возьмите котенка!

Из девочек получатся хорошие промоутеры. Каждая вытащила из коробки по котенку, и, улыбаясь, они протянули мне малышей. В этот момент я поняла, что у меня будет не шоколадный британец через год, а серый дворняжка прямо сейчас.

— Дайте мне этого, из ведра!

Мальчик перестал размахивать ведерком, вынул котенка и

передал мне в руки. Девочки возликовали:

— Первый пристроен! Осталось еще шесть!

Вместо запланированной прогулки в парке мы пошли к ветеринару, а потом в магазин за кошачьим приданым. Ветеринар констатировал, что у котенка полные уши песка, блохи, сильный стресс и ослабленный организм. Котенку, оказалось, нет еще и месяца. Он не умеет есть сам, поэтому паштет для котят пришлось развести водичкой и вливать ему в рот. После чего котенок уснул.

А потом пришел домой Арсений. У него были светящиеся от радости глаза и котенок в руках.

— Мама, там девочки бесплатно котят раздают! Представляешь, бесплатно! Наша соседка тоже взяла котенка. Я взял последнего! Он классный!

— Мяу! — громко сказал котенок в подтверждение того, что он классный.

Вот так неожиданно у нас в квартире поселились еще два брата — котята. Первый и последний из коробки.

* * *

Я не сильна в кошачьей физиологии, поэтому в вопросе определения пола подобранных на помойке котят поверила экспертному мнению девочек со двора. И только через месяц нашего с котятами совместного проживания ветеринар во время прививочной экзекуции намекнул, что имя Жорик не очень подходит для кошечки. Так Жорик превратился в Мусю.

Хотя изначально Сашка, мой младший сын, был более лоялен к первому котенку, Барсику, по прошествии времени он особой любовью почему-то воспылал именно к Мусе.

— Ах ты, Муся, моя Муся! — нараспев приговаривает Сашка, хватая котенка на руки.

— Мусечка, умница Мусечка, давай кушай хорошенько! — уговаривает он любимицу, силой удерживая кошачью морду у миски.

Я считаю своим долгом вмешаться:

— Санька! Не заставляй котенка есть! Отпусти! Захочет — придет и поест.

Она мало поела!

— Сашка! Я тебя когда-нибудь есть заставляла?

— Нет.

— А если я тебя буду насильно у тарелки удерживать, тебе понравится?

— Нет.

— Вот и Муське не нравится. Отпусти.

Сашка пересаживает кошку на лоток и удерживает там, в глубочайшей уверенности, что сейчас ей просто необходимо выдать ожидаемый результат.

— Муся, тут надо какать! Давай, постарайся.

Вот откуда в арсенале моего ребенка такие методы воспитания?

— Сань, так, может, мне и тебя для профилактики на унитазе подержать часок-другой, а ты постараешься?

— Нет, не надо, — хохочет Сашка и тащит Муську в комнату.

У Муськи получается удрать, и она забивается под кухонный диван. Муська, кажется, поняла, что, пока я нахожусь на кухне, она может рассчитывать на неприкосновенность. Скучающий Барсик подлетает к ней и, приглашая поиграть, валит нашу девочку на спину и кусает за шею, за что тут же получает шлепок от Сашки.

— Барсик, нельзя драться! — Сашка возмущенно защищает свою любимицу, оттаскивая кота за лапы.

— Саша! Ты учишь кота, что драться — это плохо, а сам при этом делаешь ему больно.

— А! Понял! — Мой понятливый ребенок грозит коту указательным пальцем, соблюдая требование единства воспитательных воздействий.

Есть у нас с детьми такая договоренность — пресекать этим жестом нежелательное поведение кошаков. Например, когда они хотят залезть на кухонный стол. Или когда начинают раскачиваться на шторах. Усатые-хвостатые дети этот жест запомнили и теперь реагируют на него тем, что прижимают уши и ретируются. Для выработки такой реакции я, признаюсь, изначально стучала пальцем по наглым кошачьим мордам. Сейчас уже можно не стучать. Заученный жест в исполнении детей производит тот же самый эффект. Но в этот раз ненадолго. Барсик хочет играть и поэтому снова кидается на Мусю.

— Саша, тут запрещать бесполезно. У Барсика есть потребность играть. Ты его переключи на другую игру, чтоб он от Муси отстал. Пусть за бантиком охотится, а не Муськиным хвостом.

Сашка берет бантик на веревочке, но сообщает, что играть он будет с Мусей, а с Барсиком не будет. Возмутительная дискриминация. И я опять провожу корректировку:

— Играть надо с обоими. Они же оба наши. Мы за обоих несем ответственность. Нельзя в семье кому-то больше внимания уделять, а кого-то игнорировать. А если бы я сказала, что с Сеней

буду играть, а с Саней не буду?

Как-то я все через перенос на личный опыт Сашке объясняю. А почему бы нет? Раз уж это работает. Так Сашка усваивает золотое правило нравственности: поступай с другими так, как хочешь, чтобы поступали с тобой.

— Ну ладно, пусть Барсик тоже играет.

Вечером, отправляясь спать, Сашка берет с собой утомленную вниманием Муську.

— Я хочу, чтоб Муська со мной спала.

Я не в восторге от этой идеи. Гигиена и все такое. Но могу смириться, потому как в своем детстве тоже мечтала спать с котом, а вот реализовать это можно было только в период редких ночевок у бабушки. Пусть у сына будет пространство для реализации этого желания.

Но не все зависит от Сашкиного желания и моего позволения. Есть еще Муся, мечтающая сбежать куда-нибудь под ванну.

Придется с сыном поговорить о любви уже сейчас.

— Сашка, насильно мил не будешь. Пока ты ее силой удерживаешь, она только и ждет возможности, чтоб от тебя удрать.

— А что же мне тогда делать?

— Отстать от нее. Смотри, я Барсика никогда не держу, не беру сама на руки, но стоит мне только куда-нибудь присесть, он тут же запрыгивает ко мне на колени и начинает призывно урчать и тереться о руку, чтобы я его гладила.

Сашка отпускает Муську, и она в азарте внезапно полученной свободы пулей вылетает из комнаты. Мой сын задумчиво сидит с минуту. А потом выдает вопрос:

— А чего она не возвращается? Я же ее уже не держу.

— Надо терпеливо ждать… Может быть, даже несколько дней. Пока она поверит, что с тобой стало безопасно, что ты больше не будешь удерживать ее, ограничивать ее свободу. Проявляй заботу ненавязчиво. Насыпай корм, но не заставляй есть. Помогай, если ей понадобится твоя помощь. Будь рядом, но не пытайся догнать и «причинить добро». И тогда постепенно она начнет тебе доверять. Да, и еще не надо гоняться за Мусей со шваброй и накрывать ее тазиком.

С этого вечера Сашка следит, чтоб у котов всегда была еда и вода. Насыпает корм, напоминает мне, когда корм заканчивается, чтобы купила новый. Командует: «Выключайте уже свет! Котятам спать пора!» Все правильно: мы в ответе за тех, кого приручили.

Через несколько дней замечаю в ногах у спящего Сашки двух котят, свернувшихся в единый серый клубок.

Уж и не знаю, то ли Сашка воспитывает котят, то ли котята

воспитывают Сашку. Скорее верны оба варианта. Мы ведь тоже, воспитывая детей, многому можем у них научиться.

Зачем учить ребенка рисовать?

рисование
творчество
эмоциональныйинтеллект
игрывванной

Действительно, зачем? Как-то раз стала свидетелем диалога родителей. Мама высказала желание записать ребенка на занятия по рисованию, а папа отреагировал скептичным возражением:

— Зачем? Что он, художником, что ли, будет? — и усмехнулся.

Следуя этой логике, можно построить и другие предложения: «Зачем учить играть в футбол? Что он, футболистом, что ли, будет?» Или: «Зачем учить плавать? Что он, пловцом, что ли, будет?»

Мы учим ребенка играть в футбол не только когда желаем, чтобы он сделал карьеру футболиста, но и просто для развития координации движений, быстроты реакции, укрепления мышц. Равно как и плавание — просто полезный навык и хорошая физическая форма.

Рисование — это тоже общее развитие. Во-первых, развитие моторики. Во-вторых, развитие цветовосприятия и чувства композиции. В-третьих (и на мой взгляд, это ценно более всего), способность к самовыражению.

Что касается цветовосприятия и чувства композиции — лично я отношу их к обязательным базовым навыкам, которые могут пригодиться в совершенно разных профессиях.

В детстве я училась в художественной школе. Честно говоря, я не знаю, стал ли кто-то из моих однокашников художником, архитектором или искусствоведом. На ум приходят совсем другие примеры.

Юля — парикмахер-универсал. К ней за красивой прической люди приезжают даже из другого города. И все выходят довольные. Даже если изначально просят сделать что-то одно, Юля может переубедить их и причешет-подстрижет совсем иначе, на свой вкус. Юля — она такая!

Скажет категорично, что нет, этот цвет, или эта стрижка, или эта длина челки вам не подойдут, я вас вижу совсем иначе. И то, как она видит, как стрижет и в какой цвет красит, людям нравится. А то! Развитое чувство цвета и стиля.

Ваня. Руководитель отдела продаж. Как ему пригодилась художественная школа? Безупречный внешний вид — благодаря развитому чувству стиля. Красивые графики отчетности, красивые презентации продукции, оформленные по законам композиции. А начинал когда-то с должности мерчендайзера. Красивая выкладка товара — тоже по законам композиции.

Кроме того, что он может красиво преподнести себя и свой товар, развитое творческое мышление помогает ему постоянно придумывать необычные акции, приносящие прибыль.

Паша. Рисуя в детстве натюрморты на большом ватманском листе, рядом на мольберт всегда крепил лист поменьше, на котором успевал рисовать карикатуры, комиксы, шаржи. Сейчас он директор фабрики по производству детской мебели. Вот где его креатив востребован.

Максим. Занимается тюнингом автомобилей. Тут-то понятно, что все знания художественной школы пригодились напрямую. От композиции (что к чему подойдет) до сочетания цветов (аэрография).

Костя. Врач-хирург высшей категории. Вот его мне особенно любопытно было спросить: «А как тебе пригодились знания, полученные в художественной школе?» Оказывается, очень пригодились. Он по оттенкам цвета отличает больную ткань от здоровой.

Аня. То есть я. Психолог. Арт-терапевт. Работаю через образы. Провожу диагностику по рисункам и коррекцию проблемы через творчество. В арт-терапии через творчество человек

освобождается от внутренних ограничений, учится свободе самовыражения. Заметила, у многих взрослых есть страх красок. Когда им предлагаешь что-либо изобразить, они охотнее выбирают карандаши — ведь карандаши более управляемы, след от них не растечется по листу произвольным образом. Это часто про страх выйти за внутренние рамки и желание контролировать ситуацию. Еще это про желание сдерживать эмоции. А вот дети более смелы в выборе материалов. Часто для решения детской проблемы я для начала прошу ребенка нарисовать ее. А потом мы вместе чуть-чуть подправим рисунок, чтобы проблема перестала быть проблемой…

Вот так мы подошли к самому важному, ради чего стоит учить ребенка рисовать: в-четвертых, гармонизация внутреннего состояния. Своего рода самотерапия. Через рисунок можно выразить эмоции, избавиться от ненужного, привести себя в равновесие. Можно нарисовать свой гнев, свою обиду: то, что становится видимым, перестает нами управлять. Конечно, терапевтический эффект не зависит напрямую от умения рисовать. Но если человек не рисовал в детстве, во взрослом возрасте взяться за краски ему уже мешает установка, барьер: «Я не умею рисовать». Способность лечить себя через творчество, которой интуитивно владеет каждый маленький ребенок, с возрастом может утратиться. Берегите эту способность. Предоставьте ребенку возможность рисовать. В жизни в любом случае пригодится.

После этого вывода закономерно возникает вопрос: а как учить ребенка рисовать? Совершенно необязательно водить каждого ребенка в художественную школу, особенно если он сопротивляется. Играйте дома с красками, с цветом и формами. Для начала можно просто смешивать разные цвета и удивляться полученному результату. Можно даже без бумаги, в стаканчике с водой. Капнули синей краски. Размешали, посмотрели. Капнули красной туда же. Размешали, посмотрели, как изменился цвет. Можно поиграть с градиентной заливкой, поставив в ряд десяток прозрачных пластиковых стаканчиков. В первом пусть вода останется нетронутой. Во втором стаканчике помойте кисточку, предварительно набрав на нее красной краски. В третьем стаканчике это действие повторите два раза (дважды наберите краску и дважды промойте) — вода станет чуть ярче, чем в предыдущем стаканчике. И так далее, увеличивая концентрацию краски в каждом последующем стаканчике. Полюбуйтесь вместе с ребенком полученным цветовым переходом от прозрачного до насыщенно-алого. Если проводить эти эксперименты с окрашиванием воды в ванной (в самой ванне), снимается страх

все разлить и испачкать пол. Следовательно, можно играть смелее. Поменяйте местами стаканчики и предложите ребенку снова расставить их по порядку, от светлого к темному.

> Если человек не рисовал в детстве, во взрослом возрасте взяться за краски ему уже мешает установка, барьер: «Я не умею рисовать».

Можно сделать радугу. Берем семь стаканчиков по количеству цветов радуги. Объем воды в них должен быть примерно одинаковый. В каждом намешайте соответствующий цвет. А теперь вспомните реальную радугу. В ней нет резкой границы между тем или иным цветом, один цвет переходит в другой постепенно. Вот и вам нужно создать эту постепенность. Берем еще стаканчики, но уже пустые. Ставим по одному между стаканчиками с подкрашенной водой. А теперь в каждый пустой стаканчик отливаем треть общего объема из стаканчика, что стоит справа, и стаканчика, что стоит слева. Вот смотрите: слева стаканчик с красной водой, справа — с оранжевой. В пустой стаканчик наливаем часть (1/3) красной воды и часть (1/3) оранжевой. Что у нас получилось? У нас получится новый цвет — цвет перехода из красного в оранжевый. Точно так же наполняем остальные пустые стаканчики и любуемся плавностью цветового перехода. При наличии времени, желания и пустых стаканчиков можно раздробить процедуру. Воды в каждом стаканчике станет еще меньше, а цветовой переход станет еще плавнее. Снова поменяйте стаканчики местами и предложите ребенку восстановить правильный порядок.

По окончании смелых экспериментов остается только помыть ванну и искупать в ней ребенка.

Кстати, однажды я сделала для себя открытие об определенной выгоде совмещения развивающих занятий с ключевыми моментами режима. Опыты с водой в процессе купания, чтение и полет фантазии перед сном, разглядывание географической карты за ужином, устный счет и решение математических задачек по дороге… Сон, еда, дорога и купание — это то, что случается каждый день. А значит, без специального планирования можно провести развивающее занятие. Просто купание и ужин займут чуть больше времени.

Кстати, радуга в стаканчиках у нас получилась не сразу после того, как у меня возникла эта идея. Потому что у Сашки, моего младшего, спонтанно возникали свои идеи. Он хаотично все смешивал и многократно переливал. Даже не знаю, успевал ли он отслеживать, какие цвета смешивает и какие получает. Буйство красок в ванной повторялось несколько дней. Я со своими идеями

отступила и просто наблюдала. Только после того, как Сашка наигрался с переливаниями, он был готов воспринимать мои предложения. И вот тогда у нас получилась радуга… Если ребенок чего-то не хочет — не настаивайте. Я не верю в пользу насильственного познания.

Интересно смешивать гуашь на палитре. Особенно с белилами — красивые оттенки получаются. Смешали? Следующий этап — подбор оттенка. Берем кусок однотонной цветной ткани и решаем задачку: какие цвета нужно смешать, чтобы получить такой же цвет, хотя бы приблизительно. Решается задачка опытным путем.

✓ **Игры с линией**. На листе бумаги ручкой или простым карандашом рисуется произвольная линия. Какая-нибудь витиеватая загогулина, сама себя многократно пересекающая. В этой линии можно увидеть какой-нибудь образ. Остается взять цветные карандаши и дорисовать его. Вертим, вертим лист с каракулями. На 180 градусов повернули, на 270. О! Смотри, вот заяц! Вот его морда, а это — уши! Обводим и глазик подрисовываем.

✓ **Игры под музыку.** Включаем музыку. Берем карандаш и рисуем эту музыку. Не образ, а линию. Какую линию нарисует карандаш под веселую музыку? Под тихую и печальную? Под тревожную? Попробуйте сами вместе с ребенком. В зависимости от музыки характер линии будет отличаться.

✓ **Игры с формами.** На листе бумаги нарисуйте цветные круги, цветные квадраты, цветные прямоугольники. Спросите у ребенка: что вокруг него имеет такую же форму? («Давай прогуляемся по квартире и найдем все предметы в форме круга. Вот тарелка, вот циферблат часов, вот кошка свернулась клубком».) Предложите ребенку дорисовать цветные круги на листе, превратив их в тарелку, часы, кошку. Игра развивает умение воспринимать форму предмета.

✓ **Рисуем свое настроение.** Какое у тебя сейчас настроение? Какого оно цвета? Какой цвет прямо сейчас тебе нравится больше всего? Какой формы твое настроение? А может, свое настроение ты хочешь изобразить в виде линии?

Для меня «уметь рисовать» — это не только способность похоже изобразить какой-нибудь объект, но главное — способность выразить себя в рисунке!

Развитие творчества. Главное — не мешать!

творчество
неконтролируемаясамостоятельность

Порой мне кажется, что лучший способ развить ребенка — это не мешать ему.

Со старшим сыном я занималась с утра до вечера. Каждый день мы что-то рисовали, лепили, вырезали, клеили. Как истинный педагог, я планировала заранее, чем мы будем заниматься, и делала заготовки для «творчества», искала интересные идеи в литературе и Интернете. В итоге получилось так, что вся изобразительная деятельность Арсения в нежном возрасте велась по инициативе мамы и при участии мамы. Усидчивость и исполнительность при таком подходе развивались, а вот собственная фантазия (не моя — ребенка) — нет.

С младшим сыном была другая жизненная ситуация: у меня просто не было времени, чтобы планировать и готовить все для занятий на каждый день. Зато у ребенка в свободном доступе — пластилин, бумага, краски, ножницы, клей-карандаш. Ребенок как-то сам себя занимал. С удовольствием лепил, рисовал, делал аппликации.

КАК ЖЕ МНЕ НАЧАТЬ ЗАНИМАТЬСЯ С МИШЕНЬКОЙ РИСОВАНИЕМ?
КУПИТЬ БУМАГУ, КРАСКИ, КАРАНДАШИ СЕБЕ! И РИСОВАТЬ. А ЕСЛИ МИША ПОПРОСИТ, ПРОСТО ОДАЛЖИВАТЬ МАТЕРИАЛЫ.

Однажды, когда мой младший сын еще посещал среднюю группу детского сада, воспитательница сказала, что Сашка — единственный из группы, кто все работы делает полностью сам. Предложенную помощь гордо отвергает. Даже ножницами вырезает без помощи взрослого. «Обычно родители боятся детям ножницы давать. Им только в руки ножницы дай — пойдут кружочки на шторах вырезать». — Воспитательница у нас опытная, знает, что бывает в таких случаях.

И тут мне стало смешно. У меня тоже на шторе в детской «окошечки» — Сашка вырезал. А по стенам когда-то плясала кисточка с гуашью. В ковровое покрытие втоптан пластилин всех цветов. И обивка диванчика фломастерами разрисована. Вот к чему приводит не контролируемое мамой творчество.

> Для себя я сделала вывод, что лучше всего — творить рядом с ребенком, пусть каждый выполняет свою работу.

Шторы потом заменю. Обои — переклею. Зато Сашка с

удовольствием творит по собственной инициативе.

Может сложиться впечатление, что с ребенком не надо заниматься… Нет, надо! Иначе как же он поймет, зачем нужен клей, как нужно держать ножницы и пользоваться красками.

Заниматься с ребенком надо, но не надо занимать все его время — это две крайности, гармоничное воспитание — это путь середины, постоянный поиск баланса.

Показали-рассказали, сформировали представление — и отошли в сторону, предоставив возможность самостоятельно осваивать.

Для себя я сделала вывод, что лучше всего — творить рядом с ребенком, пусть каждый выполняет свою работу. Знаю за собой скверную особенность лезть с советами

и исправлениями «как лучше». Поэтому предпочитаю сразу занять свои руки, чтобы не мешать ребенку. Второй плюс параллельного процесса — у ребенка есть перед глазами образец деятельности. Он смотрит, как можно. И делает так же или по-своему.

В творчестве ребенка главное не результат, а процесс

#эмоциональныйинтеллект
творчество
рисование

Ребенок может в одном рисунке прожить целую жизнь сказочного персонажа. Начнет с зеленой запятой, а она станет дракончиком. Дракончик вырастет большим и однажды встретит противника — злого дракона. Они будут биться много дней и ночей, теряя в бою то голову, то хвост, которые, конечно, опять отрастут — ведь драконы-то волшебные… Луна будет сменять солнце, а потом все накроет черная туча и прольется дождь, да такой силы, что настанет настоящий потоп… И если в этот момент взрослый начнет ругаться, что ребенок налил много воды на рисунок и вообще зачем-то все черным цветом некрасиво замазал, то ребенок отвлечется от процесса и не успеет спасти и подружить своих драконов…

Результатом Сашкиной лепки часто был грязно-серый пластилиновый комочек… Зато в процессе вылепленный персонаж менял свой облик и позы раз десять, не меньше, путешествовал по всей квартире, знакомился с игрушками, попадал в разные переделки, в том числе в прямом смысле слова: терял и вновь обретал конечности. А потом герой уставал от приключений и сворачивался в грязно-серый комочек…

Не спрашивайте маленького ребенка, что он нарисовал. Он, может, вообще не рисовал что-то конкретное. Ребенок рисовал свое настроение, свои эмоции. Но объяснить он вам этого не сможет. Трехлетние дети, когда берут в руки кисти, не заморачиваются над композицией и сюжетом. Спонтанное, аутентичное рисование. Цвет — какой приглянулся. Линия — куда рука повела. Они не просто рисуют изображение — они проживают процесс, гармонизируют свое внутреннее состояние. Например, мальчик Рома в период адаптации к садику каждое утро молча закрашивал несколько листов черной гуашью. И только после этого в его рисунках появлялись другие цвета, на лице — живые эмоции, а в поведении — желание общаться.

Эту способность к самокоррекции можно нарушить, если ребенка каждый раз спрашивать: «И что же ты нарисовал?» Ребенок задумается… Ребенок решит, что рисовать надо обязательно что-то. И будет рисовать стандартные домики с крышей-треугольником (и где только современные дети видят такие крыши?), елочки из трех треугольников, солнышки с

лучами: все как у всех — и ничего общего с творчеством и самовыражением.

Не спрашивайте у малыша, что он нарисовал. Он сам расскажет, когда на рисунке будет конкретный образ. Если очень хочется, можете осторожно высказать предположение: «А вот это мне кажется похожим на слона».

Не оценивайте результат. Любуйтесь процессом.

Раскраски убивают творчество?

рисование
творчество
моторика

Я неоднократно сталкивалась с мнением, что раскраски убивают в детях творчество. «Ужас-ужас! Никогда не давайте детям раскраски! ТакойтоТакойтович стал гениальным дизайнером только потому, что его родители не давали ему раскраски!» — нагнетают напряжение в каком-нибудь очередном посте популярной мамской группы в социальной сети, прилагая для убедительности фото ТакойтоТакойтовича. «Ужас-ужас! — думает молодая мама. — А я вчера как раз купила новую раскраску», — и идет ее выкидывать. Но по дороге к мусорной корзине успевает прочесть на задней стороне обложки, что это особая раскраска, специально адаптированная для самых маленьких, что она помогает им получить первые художественные навыки. А может, не выкидывать? Как же ребенок без художественных навыков?..

Я сейчас не над вами иронизирую, дорогие читатели. Это я себя вспоминаю, какой была четырнадцать лет назад. Соцсетей тогда еще не было, информации поступало меньше, но все равно приходилось выбирать, к кому прислушиваться, за чьим мнением следовать.

Так вредны раскраски или полезны? Как разобраться в море противоречивой информации?

Отвечаю: задавать себе вопросы о целесообразности. Мои цели? Цель раскраски? Совпадает ли моя цель с целью раскраски? Как еще я могу достичь этой цели?

Раскраски не убивают творчество. В большинстве своем они его просто не развивают. (Бывают исключения: раскраски с элементами творчества — тут раскрась, а тут придумай и дорисуй.) У раскрасок другая цель, тоже, кстати, немаловажная: развитие моторики. Перед ребенком ставится конкретная задача аккуратно раскрасить рисунок, не выезжая за контур. Проводя

линию, нужно вовремя затормозить карандаш или кисточку. Маленькому ребенку это не так-то просто. Еще более строгая задача: раскрасить по образцу. В этом случае нужно сопоставить деталь на рисунке с деталью на образце (в цвете) и подобрать подходящий цвет, а это уже развитие мышления.

Если ребенок творческий, он даже простые задачи решит как-то по-своему. Раскрасит по образцу, а потом обязательно что-нибудь от себя дорисует. Или «включит» творчество еще раньше — раскрасит совсем не по образцу, а так, как ему нравится.

Если упрекать раскраски в убиении творческого начала, тогда и прописи заслуживают такого же приговора. Разница в том, что от прописей никто и не ожидает развития творческих способностей. Все понимают, что это подготовка руки к письму.

Если я хочу подготовить руку ребенка к письму, если я хочу развить координацию движений его рук, то прописи и раскраски нам очень даже подойдут. А можно ли подготовить руку к письму другими способами? Конечно. Свободное рисование тоже тренирует этот навык. Чем чаще ребенок будет рисовать, чем уверенней будет держать карандаш в руке, тем легче ему будет освоить письмо. Бонус при свободном рисовании — развитие творчества. При условии что ребенок много и с удовольствием рисует, аккуратно прорисовывает мелкие детали, без прописей вполне можно обойтись до самой школы. Хорошо тренирует руку рисование различных узоров, орнаментов, где требуется выводить повторяющиеся элементы.

> Если ребенок творческий, он даже простые задачи решит как-то по-своему. Раскрасит по образцу, а потом обязательно что-нибудь от себя дорисует.

Без раскрасок тоже можно обойтись. Что касается первых художественных навыков, то и их можно получить в свободном

рисовании. Первый художественный навык — координация движений своей руки. Для этого предоставьте ребенку поверхность, на которой можно красить, краски, конечно, и то, чем эти краски он будет наносить. Красить можно кисточкой, валиком, поролоновыми губками и даже пальчиком. Если ребенку больше нравится красить не чистый лист, а лист с картинкой, предложите ему раскраску. Это не «ужас-ужас» и вреда не принесет. А творчество пусть развивается в другой деятельности.

Мне приходилось слышать: «Давая ребенку раскраску, мы загоняем его в рамки!» А кто сказал, что рамки — это плохо? Рамки, ограничения вообще-то важны. Важно только, чтобы они были адекватны. Ситуация полного отсутствия ограничений так же вредоносна, как и ситуация полного отсутствия свободы. Поэтому лично я говорю раскраскам «да», но чаще организую свободное рисование.

Детское творчество и границы дозволенного

творчество
дисциплина
порядок

Развивая в ребенке творчество, нельзя забывать про дисциплину, про четкие рамки «можно-нельзя». Рамки не должны быть очень узкими, иначе не будет пространства для творчества. Но если совсем без рамок, то получится эдакий «свободный художник», не способный встроиться ни в одну, даже более-менее гибкую систему, не умеющий соблюдать регламенты, договоренности, не считающийся с другими людьми. Творчество — это ведь не только рисунок или аппликация. Творчество — это еще и глобально: отношение к работе, к людям, к жизни. Кроме буйной фантазии «Я так вижу!», должно быть понимание, что ты не один в этом мире и даже не центр Вселенной.

* * *

Он все-таки сделал это… Сашка подстриг драцену. Каждый листочек укоротил ровно на две трети. Я несколько раз успевала перехватить ножницы, но в какой-то момент не уследила. Вот есть у Сашки стремление переделать этот мир по собственному вкусу. Потому что он лучше знает, как все должно быть.

А еще он прилепил наклейку на дверь в спальню. Нарушение моего эстетического комфорта осложнилось комментарием:

«Мама, это тебе подарок». Подарок нельзя просто так взять и отодрать — это заденет чувства дарящего… Благодарю за подарок и спрашиваю разрешения перенести наклейку на холодильник, аргументируя тем, что на кухне я провожу больше времени, чем в спальне, а значит, буду дольше любоваться подаренной наклейкой. Внешний вид холодильника наклейка не испортит. Она гармонично впишется в компанию десятка магнитов, других наклеек и записок-напоминалок.

Как-то подозрительно тихо в детской вот уже целых 10 минут… Прихожу в комнату, а там… Сашка раскрашивает ножку стульчика из необработанного дерева гуашью в черный цвет. К этому моменту другая ножка была уже красного цвета. Когда ко мне вернулся дар речи, я смогла выдохнуть:

— Саша, ты зачем?!

Саша невозмутимо продолжал свою деятельность, бросив проясняющий комментарий:

— Чтобы было красиво.

Есть закон: «Что не запрещено, то разрешено». С этой точки зрения ничего предосудительного Сашка не сделал. Я ведь его не предупредила, что нельзя раскрашивать мебель. Почему-то упустила из виду, что такое возможно. У слов «творчество» и «натворил» один корень. Я понимаю, что 15 минут на стандартном А4, под присмотром, да еще при наличии четкой инструкции и образца — это еще не творчество. Творчество — это когда материалы в свободном доступе, вдохновение и полет фантазии. Но без рамок такого можно натворить… Я устанавливаю рамки. Сашка может рисовать даже на стенах, но только в своей комнате и только над своей кроватью. (У Сашки там какое-то время была самодельная аппликация из сов, деревьев и мотоциклов.) Он может при желании заклеить наклейками весь свой стол. Но только свой. На стол Арсения он не имеет права покушаться — это уже не Сашкина территория, а чужую территорию надо уважать. На взрослую территорию (спальня, мой рабочий кабинет) даже просто заходить с карандашами, мелками, пластилином, клеем, игрушками, едой, напитками НЕЛЬЗЯ. Жесткое табу. Я очень ценю порядок и чистоту на своей территории. Я готова мириться с пластилином на комоде в детской — это нельзя убирать! Сашка вылепил и разместил там важные знаки: «Кормить динозавров запрещено!» и «Осторожно! Динозавры!». Я лояльна к кучке камней в углу детской комнаты — это его сокровища. И толстая сучковатая палка, торчащая из ящика с игрушками, не вызывает у меня раздражения. Сашка меня предупредил, что это меч джедая. Но на взрослой территории все должно быть так, как мне нравится.

Это зона моего комфорта, в которой даже декоративные подушки на кровати должны лежать в строго определенном порядке параллельно линии стены. Вот так в отдельно взятой квартире уживаются детское творчество и мамина педантичность.

Растить полиглота

#речьребенка
иностранныеязыки

Тенденция к раннему изучению иностранного языка вполне понятна. С одной стороны, родителями движет желание, чтобы ребенок владел иностранным языком, ведь это откроет для него новые возможности, а с другой — возникает желание, чтобы это знание ему как-то полегче далось. Есть опасение, что если опоздать, то выучить язык будет очень сложно. Собственные сложности проецируются на ребенка: «Я вот в школе учил, потом в институте учил, потом на курсах учил, да так и не выучил». Но скорее всего проблема не в том, что вы начали изучать язык в позднем возрасте, а в том, что при такой методике преподавания, какую использовали в наших школах, его действительно сложно выучить.

Маша... я давно хотел тебе сказать...
Ты уверена, что Мишеньке обязательно в нашем поселке пригодится разговорный норвежский?

Секрет успеха при изучении иностранного языка — в потребности и частоте использования. Невостребованные знания забываются. Выучил-сдал-забыл. Одной из функций гиппокампа является забывание информации. Это обусловлено тем, что гиппокамп фильтрует информацию и выбирает, что нужно сохранить, а что можно забыть. Если взрослый начинает учить язык из состояния очень сильной личной мотивации, если будет регулярная языковая практика, то и успех неизбежен. Если ребенка начинают обучать без его личной заинтересованности и без регулярной практики (по традиционной системе два урока в неделю), то успех весьма сомнителен. Какие-то слова помнить будет, но не заговорит. А вот если погрузить ребенка в языковую среду, например, увезти в другую страну и устроить на месяц в «интерактивный» детский сад, то ребенок заговорит. Но увы, вернувшись домой и оставшись без языковой практики, он быстро

забудет все приобретенное.

> Секрет успеха при изучении иностранного языка — в потребности и частоте использования. Невостребованные знания забываются. Выучил-сдал-забыл.

Я за естественность в развитии. Если у ребенка родители разных национальностей и родной язык мамы не является родным языком папы, то иметь два родных языка для ребенка — это естественно. Мама говорит с ребенком на одном языке, папа на другом, в результате ребенок осваивает одновременно два языка. И, заметьте, это происходит естественным образом, в ежедневном общении. Если мама и папа разговаривают дома на одном языке, но семья живет в другой стране и за пределами дома ребенок слышит другую речь, то велика вероятность того, что второй язык он тоже будет понимать. И это тоже естественно. Если у этого ребенка будет местная няня, которая общается с ним только на местном языке, ребенок, когда заговорит, будет общаться с родителями на одном языке, а с няней на другом. И это естественно. А вот если семья живет на родине и никто в ближнем и дальнем (на улице) окружении не говорит с ребенком на иностранном языке, если родители сами владеют только одним языком, то учить ребенка в этих условиях иностранному языку — не естественно. Исключение, если иностранный язык активно начнут учить родители, — ребенок за ними подтянется. У него не возникнет барьер «выучить язык очень сложно», если перед глазами будет успешный пример близких ему людей.

Особенно не рекомендуется учить иностранный язык с ребенком, у которого есть серьезные логопедические проблемы. Это ведь не просто так, а сбой в центральной нервной системе. Если есть сбой, то логично помочь, а не нагружать дополнительно.

Развивающий потенциал воды

#игрывванной
мышление
физикаихимия

Исследование свойств воды начинается с самого нежного возраста и заканчивается только тогда, когда познавательный интерес устремляется в какую-то другую сферу. Начинают все примерно одинаково: шлепая ногами или руками по поверхности воды. А потом можно прийти к изучению влияния информации на

структуру воды. Или захочется провести исследование, как структурированная вода влияет на организм человека. Или — как намагниченная вода воздействует на всхожесть семян. Или — «как изменится моя внешность и мое самочувствие, если я стану выпивать по шесть чашек воды ежедневно», с фотоотчетом в Инстаграме. Или еще что-нибудь.

> Развлечений в ванне хоть отбавляй. Отправляясь купаться, мой ребенок спрашивал: «Что мы сегодня будем топить?»

Исследований, научных и псевдонаучных, на самом деле столько, что вода представляется просто кладезем загадок и открытий. Между тем что может быть доступней воды? Большинству из нас для встречи с водой стоит только повернуть вентиль. Дети как будто интуитивно чувствуют развивающий потенциал воды, поэтому с удовольствием играют с ней. Я еще не встречала ребенка, который не любил бы игр с водой. (Подозреваю, что такие дети есть, но это скорее исключение из правил.)

Чему вода может научить дошкольника? Кроме того, что ее можно пить и можно вымокнуть, если попасть под дождь или залезть в воду.

Самые первые эксперименты с водой у нас случались во время купания: утонет/не утонет, поплывет/не поплывет. Лейка, например, вела себя очень загадочно: сначала плавала, а потом погружалась в воду. Почему? Что с ней происходит? Не сразу, но ребенок делает открытие, что лейка тонет, когда заполняется водой, а вода заливается через отверстия. Пластиковая бутылка из-под питьевого йогурта ведет себя так же. Причем с бутылкой еще интереснее — можно сделать так, что она будет плавать вертикально, если заполнить ее водой не полностью. Когда бутылка погружается в воду, вверх всплывают пузырьки: «Буль-буль-буль». Так из нее выходит воздух. Мы тоже так можем. Если опустить голову в воду и постепенно выдыхать, то тоже получится «буль-буль-буль». Еще можно дуть в воду через соломинку — отличные получаются пузырьки. Воздух почему-то всегда поднимается вверх, ни один пузырек в воде не остался. А дело-то, оказывается, в том, что воздух легче воды. Поэтому, пока бутылка наполнена воздухом, она и не тонет. Чтобы сделать бутылку непотопляемой, надо исключить попадание воды внутрь. Закручиваем бутылку пробкой — получился поплавок. Можно с силой погрузить его на дно и даже какое-то время удерживать там, но стоит убрать руки, как он резво выскакивает на поверхность воды, вызывая у ребенка хохот.

Силиконовые формочки для выпечки кекса.

— Как думаешь, поплывут или нет?

— Поплывут!

— А если мы их заполним водой?

— Утонут!

Проверяем гипотезу опытным путем. Разговариваем о лодках, при каких обстоятельствах они будут плыть, а при каких утонут.

Резиновый шарик. Поплывет или утонет? А если его надуть? А если его наполнить водой? А если в него положить десяток монет? А если в него положить монеты, а потом надуть?

Гантели 0,5 кг в воде тонут. А что, если примотать скотчем гантель к бутылке-поплавку? Гантель будет плавать на поверхности или утянет поплавок на дно? А вот возьмите и проверьте.

Поролоновая губка не тонет. Если под водой начать ее выжимать, в разные стороны разбегаются пузырьки. Значит, в губке был воздух. Рассматриваем пористую структуру губки. Ага, понятно, вот эти поры и были заполнены воздухом. Достаем губку. С нее бежит вода. Выжимаем. Ой, как много воды. Откуда там вода? Все просто: вода заполнила поры. Выжатая губка вновь принимает прежнюю форму — поры заполнились воздухом. Проверяем: губку погружаем в воду, выжимаем — вверх бегут пузырьки. Намокшая губка тоже плавает, но уже чуть ниже поверхности воды.

Интересно ведет себя в воде носовой платочек (не бумажный — тканевый). Пока сухой, он держится на поверхности. А как только намокнет, опускается на дно. Почему? Если поднести натянутый платочек близко к глазам, то выясняется, что через него все видно: «Я тебя вижу! А ты меня?» Мы видим друг друга через мельчайшие отверстия, оставшиеся при переплетении нитей. Сначала эти отверстия были заполнены воздухом, поэтому платочек держался на плаву. Постепенно вода вытеснила воздух, и платочек утонул. В подтверждение этих слов я резко погружаю в воду другой, пока еще сухой платок. Вверх поднимаются несколько крошечных пузырьков воздуха. После этого эксперимента резонно спросить: «Как думаешь, какому человеку легче плыть: голому или в одежде?» Конечно, голому! Одежда намокает и тянет вниз.

Развлечений в ванне хоть отбавляй. Отправляясь купаться, мой ребенок спрашивал: «Что мы сегодня будем топить?» Чаще сам предлагал, но не все его предложения принимались.

Например, я отказалась топить телефон, пульт от телевизора, радиоуправляемую машинку. Если я отклоняла предложение, то обязательно объясняла почему. Но перед этим спрашивала у

ребенка, что произойдет с предметом в воде. Какая у тебя гипотеза?

Деревянная самодельная машинка, выкрашенная гуашью. Поплывет или утонет? Поплывет. Потому что она из дерева, а дерево не тонет. Но я против экспериментов с этой машинкой по другой причине. Гуашь. Для наглядности объяснения своего отказа иду на «минимальную жертву»: осторожно капаю на колесо. С колеса на раковину стекает черная капля. Вода растворяет гуашь. Что будет, если всю машинку поместить в воду? Гуашь стечет, и вода в ванне окрасится. Нет, дорогой сыночек, я тебя хочу помыть, а не запачкать еще сильнее. Хотя… А что, если мы поместим машинку в прозрачный пакет для бутерброда с застежкой? Пакет не пропускает воду. Вода не контактирует с краской. Машинка в пакете плавает.

— А давай мы телефон в такой же пакет положим и искупаем!

— Телефон тяжелый, он утонет! — прорывается мой страх потери телефона. Гипотеза верна, телефон в герметичном пакете не намокнет, но мой страх имеет в основе иррациональное предположение «А вдруг?».

Это в мультсериале и комиксах черепашки ниндзя хорошо плавают. Игрушечные черепашки быстро идут ко дну. Но так жаль топить любимых персонажей… Вспоминаем про бутылочку-поплавок. У нас есть еще одна такая. Если скрепить их вместе с помощью скотча, получится плот для черепашек.

— И для людей так можно плот сделать?

— Можно. Я потом покажу тебе фотографии таких плотов. Только они из больших бутылок сделаны.

Любимое развлечение — игры с брызгалками и лейками. Вода имеет свойство вытекать из отверстий. А под давлением она будет вытекать быстрее. Брызгалки мы делаем из пластиковых бутылок, из полиэтиленовых пакетов, из двух стаканчиков (один вкладывается в другой, а нижний имеет дно с отверстиями, сделанными иголкой).

Вне ванной комнаты можно продемонстрировать важнейшее свойство воды — способность испаряться. Если оставить стакан с водой у батареи центрального отопления, то через день выяснится: воды стало меньше. Для наглядности делаем отметки уровня воды.

Еще интереснее растворить в воде соль, а потом выпаривать воду до образования залежей соли на дне стакана. Можно даже вырастить соляной кристалл, если опустить в стакан с насыщенным раствором ниточку с привязанной к ней крупинкой соли.

Все опыты я обычно придумываю из состояния «внутреннего ребенка». Возникает азарт: «А что будет, если?» А что будет, если стакан, наполненный водой, накрыть листком бумаги и перевернуть? Неужели правда вода останется в стакане? А если вместо бумаги использовать картон? А что будет, если обычные гвозди держать в воде? На какой день они заржавеют? А в соленой воде они буду ржаветь? Быстрее или медленней? А соленая вода замерзает? А сладкая?

Пожалуй, лучшее, что можно сделать для развития «внешнего» ребенка — вашего сына или дочери, — это активировать любопытного «внутреннего» — то есть вас самих.

Что же это выросло?

#садподфикусом
биология

Мы едим черешню.

— Косточки выплевывай! — в очередной раз напоминаю ребенку.

Не потому, что он забывает, а потому, что есть у меня такая привычка говорить: «Косточки выплевывай!» — когда я ставлю перед ребенком тарелку с какими-нибудь фруктами. Речевой автоматизм. Подозреваю, что в этот момент во мне начинает говорить мамин интроект. Это мне в детстве всегда так говорила мама. Это я в детстве имела способность уплетать сливы вместе с косточками.

У ребенка эта фраза вызывает раздражение, но он дипломатично (не знаю, сознательно или бессознательно) сливает это раздражение на черешню, возмущаясь:

— И зачем только в черешне косточки нужны! Без них бы лучше было!

(А ведь мог бы сказать: «Мама, хватит мне каждый раз про это говорить. Надоело».)

— Косточки нужны. Это семена, из которых может вырасти новое дерево черешни.

— Как это?

— Переспелые плоды черешни опадают на землю. Мякоть съедят гусеницы или птицы склюют, а косточка останется в земле. При благоприятных условиях она прорастет, пустит корни, и вверх потянется молодой побег. С годами он превратится в хорошее деревце, на котором тоже будет расти черешня.

— А давай тоже посадим!

Не дожидаясь моей реакции, Сашка идет зарывать семена в

землю рядом с фикусом.

Чуть позже он зарыл туда семена, изъятые из лимона, апельсина, мандарина, фиников и яблока. Каждый день заглядывал — никаких ростков. Разочарование. Маленькому ребенку трудно ждать. Хочется увидеть результат своих действий.

Говорю:

— Саш, думаю, что еще рано. Вдруг им нужно для прорастания несколько месяцев? Надо еще подождать. И потом, не все семена бывают жизнеспособными. Спроси у бабушки, всегда есть такие, что всходов не дают. Она, когда морковку или свеклу сажает, всегда в одну лунку несколько семян закладывает: если одно из них прорастет, уже хорошо.

— А давай расковыряем и посмотрим, есть там росток или нет? — предлагает Сашка.

— Мне не очень нравится эта идея, потому что есть риск повредить росток при выкапывании. Давай подождем.

Раз уж возникла такая тема, надо найти более наглядный способ наблюдать за прорастанием семян. Поэтому покупаю пакетик семян подсолнечника. Эти семена мы не сажаем в землю, а выкладываем на слой влажной ваты. Еще одним слоем укрываем сверху. В любой момент можно приподнять вату и посмотреть, что происходит с семенами. Важно только следить, чтобы вата оставалась влажной. Вот семена набухли, вот у некоторых оболочка треснула, вот проклюнулся росток, вот из него сформировался корешок…

Мы так увлеклись наблюдением за семенами подсолнечника, что забыли про фикус, а под ним появились какие-то зелененькие ростки. И что же это у нас выросло? Открываем энциклопедию комнатных растений. Есть у нас такая, и в ней не забыли рассказать про финики и цитрусовые. (И как я раньше не догадалась посмотреть в ней сроки прорастания семян?) Сравниваем изображения на страницах книги с тем, что выросло. Однозначно не финиковая пальма. Однозначно не яблоня. Цитрусовое нечто. Листья цитрусовых имеют разные по величине и строению крыловидные придатки в основании листа. Или не имеют: у лимона нет крылаток. А вот у того, что выросло у нас, крылатки есть. Значит, точно не лимон. Методом исключения остаются мандарин, апельсин или грейпфрут. Но окончательный вывод делать рано, подождем, пока вырастет еще парочка листьев, а форма крылаток станет более определенной.

В этой же энциклопедии Сашка подсмотрел, что из косточки можно вырастить авокадо. На следующий день из продуктового магазина мы выходим с тремя авокадо. («А вдруг не все прорастут?» — Ребенок интегрировал полученный опыт.)

Тема прорастания семян занимала нас довольно долго. Мы искали семена у всех растений, которые нам встречались на прогулке или на обеденном столе. Семена помидоров, огурцов, земляники, киви, граната и даже банана. Раньше я не задумывалась, что внутри банана тоже, оказывается, есть семена. Такие маленькие черные точки, заметные у очень спелых бананов. Семена клена, березы, акации, липы, тополя, сосны — у всех разные формы. И очень интересные приспособления для распространения: тополиный пух, «вертолетики» клена — чтобы ветер подхватывал и уносил подальше от родительского дерева, помогая растениям заселять новые пространства.

Следующим открытием было то, что не всегда растения размножаются семенами, есть и другие способы. Например, отводка. Для наглядности мы брали веточки от фикуса и держали их в воде до появления корней. А потом подсаживали их в землю к растению-родителю.

Наши цитрусовые мы пересадили в отдельные емкости. После пятого листочка стало очевидно, что это два мандарина и один апельсин. Затем в экспериментальном «саду» одна за другой стали проклевываться зеленые стрелки новорожденных финиковых пальм. А авокадо проросло только одно.

О важности общения. Эксперимент с горохом

биология
воспитаниенравственности

Мои мальчишки ссорятся — такое бывает. Потом мирятся. Но в недолгий период ссоры они громко кричат и обзываются:

— Дурак!

— Сам дурак!

Мы тоже с братом в детстве одаривали друг друга такими комплиментами. Пока однажды мама вскользь не заметила:

— Интересно, если наши дети — дураки, то кто тогда мы с папой?

После этого я перестала обзываться. А у брата отпала необходимость отвечать мне этими же словами. Но такие логические цепочки и причинно-следственные связи выстраиваются не у всех детей…

Вспомнился мне один эксперимент с проращиванием семян. Когда семенам, растущим в одном горшочке, постоянно говорили ласковые слова, а в другом — ругательные. В итоге одни дали хорошие всходы, а другие загнили.

Рассказываю про этот эксперимент детям. Покупаем семена

гороха. Раскладываем по двум плошечкам с влажной ватой. Расставляю плошки по разным комнатам и комментирую:

— Эта плошечка будет стоять у меня в комнате. Я каждый день буду говорить семенам ласковые слова. А эту я в вашей комнате оставлю, и пусть семена ваши ругательства слушают. Вот и посмотрим, какие прорастут, а какие сгниют…

Наблюдаю на Сашкином лице смятение и тревогу. Потом обнаруживаю обе плошечки на подоконнике в моей комнате. Возвращаю одну обратно в детскую. Через несколько минут ловлю Сашку, который, крадучись, опять несет плошку ко мне на подоконник.

— Мама, мне их жалко, пусть они тоже прорастут.

У Сашки в этот момент такое умильно-трогательное выражение лица, что я ощущаю крайнюю негуманность эксперимента.

Вношу свое предложение:

— А может, вы в своей комнате ссориться перестанете? И тогда вашим семенам тоже будет хорошо и комфортно.

Ссоры в период эксперимента — хоть и реже, но все-таки случаются. Сашка, распалившись, кричит: «Да ты дурак!» — а потом бежит к чашке с семенами и просит прощения, наговаривая много хороших слов, чтобы перекрыть полученный семенами негатив.

Через пять дней Сашка обрадованно сообщает, что семена проросли. Действительно, крепкие зеленые ростки.

Я вспоминаю, что в моей комнате на подоконнике тоже есть семена, и иду их проверять. Они вопреки ожиданиям только слегка набухли. Упс, да я же нарушила условия эксперимента! Забыла говорить семенам каждый день приятные слова. Я вообще про них забыла. Только пару раз подлила воду, когда другие цветы поливала. И в комнате этой практически не находилась… Никакого общения с семенами, ни целенаправленного, ни опосредованного…

У меня моментально родилась аналогия про детей, растущих в условиях депривации, отсутствия общения. Хуже временной негативной реакции может быть только полное равнодушие. Поэтому иногда дети сознательно ведут себя плохо, чтобы хоть как-то обратить на себя внимание. (Пусть отругают, зато вспомнят, что я есть.)

«КАК БЫСТРО УБИТЬ ТВОРЧЕСКИЙ ПОРЫВ»,
ИЛИ СОВЕТЫ КОТОРЫЕ РАЗДРАЖАЮТ ХУДОЖНИКА
1
МИШЕНЬКА, Я НЕ ХОЧУ ТЕБЯ УЧИТЬ, НО ДАВАЙ Я ТВОЕЙ СОБАЧКЕ ХВОСТИК ПОДРИСУЮ!
МАМ... ЭТО БЫЛ ШКАФ!
2
МИШЕНЬКА, НЕ ТРАТЬ ЗРЯ БУМАГУ! ОНА ДОРОГАЯ... НАРИСУЙ ЧТО-НИБУДЬ ПРИЛИЧНОЕ!
ОК...МАМ
3
МИША, НУ РАЗВЕ СОЛНЫШКО БЫВАЕТ ЗЕЛЕНЫМ?
МА-АМ... Я ТАК ХОЧУ
4
МИША, УБИРАЙ НЕМЕДЛЕННО! ПОТОМ ДОРИСУЕШЬ, А ТО СЕЙЧАС СУП ПОСТАВЛЮ

А еще вспомнились откровения одного уже взрослого мужчины. Его мама практиковала один-единственный метод наказания: игнорирование.

— Представляешь, — делился он, — мама тебя целый день не замечает! Ты ходишь, разговариваешь с ней, дергаешь за подол, пытаешься заглянуть ей в глаза… А она как будто не видит тебя и не слышит, как будто тебя вообще нет… И, казалось, это никогда не кончится… Я тогда думал, что лучше бы она меня побила, чем так наказывать.

Разговаривайте с ребенком. Разговаривайте чаще. Когда сердитесь, устали, грустите, озабочены проблемами — все равно разговаривайте. Расскажите о том, что чувствуете, о чем беспокоитесь — ребенок поймет. Только не замыкайтесь, не молчите. Без общения даже горох плохо растет.

Тренинг достижения цели для четырехлетнего ребенка

мышление
творчество

Свеча стоит на столе для создания настроения. Я люблю зажигать свечи. А Сашка любит их задувать. И вот он дует, дует… А огонь продолжает гореть ровным пламенем. Огонь — за стеклом стаканчика-подсвечника…

Во взрослой жизни тоже можно такое увидеть: действия не приносят желаемого результата, а человек продолжает упорно делать то же самое. Нет чтоб тормознуть и подумать…

И как бы так Сашке не прямо сказать про ошибку, а намекнуть, что ли?..

— Александр, ты хочешь сдуть со стола стаканчик?

— Нет, я хочу задуть свечку!

— Странно… Хочешь задуть свечку, а дуешь на стаканчик…

Работа мозга запущена. Санька поднимается на носочках и прицельно дует сверху. Огонь погас. На сей раз мой сын не оставил ему шансов.

Игра увенчалась успехом, а успех хочется повторить. Сашка требует снова зажечь свечу. А во мне уже проснулся то ли черт, то ли специалист по раннему развитию. И я ставлю горящую свечу далеко от края стола. Сашке приходится подтянуться на руках и лечь животом на стол, чтобы задуть ее.

Еще? ОК. Только свечка — на открытой полке. Недолго думая, Сашка притаскивает табурет, залезает, дует — вуаля.

МА-АМ! Я ХОЧУ ЭТОГО МОРОЖЕНОГО... ОНО ДИКО СЛАДКОЕ!
А ТЫ УВЕРЕНА, ЧТО, УСЛЫШАВ ПРО САХАР В НЕМ, Я СРАЗУ ТЕБЕ ЕГО КУПЛЮ?
ДА, КОНЕЧНО, В НЕМ ЕСТЬ САХАР... НО В ОСНОВНОМ ЖЕ ОНО ИЗ МОЛОКА, А ЭТО ПОЛЕЗНО ДЛЯ РОСТА!
ВОТ ВИДИШЬ, ТЫ НАШЛА ПРАВИЛЬНЫЙ АРГУМЕНТ!

А я снова зажигаю свечу и переношу на холодильник. И двигаю подаааальше от края. Высота табурета теперь не спасет ситуацию. Садистка-мама злорадно потирает руки: придумала-таки непосильную задачу. «Ого!» — на секунду замирает Санька.

А потом с табурета перелезает на край раковины, откуда близко до холодильника. (Вот теперь замираю я.) Держась одной рукой за шкафчик над головой (я уже готова ловить ребенка), подтягивается на носочках и второй рукой двигает к себе стаканчик со свечой. Сначала берет его сверху, но огонь жжет ладонь. Сашка отдергивает руку — я уже решаю, что сейчас он отступит. Но нет, аккуратно берет стаканчик сбоку (он уже нагрелся), медленно, сосредоточенно опускает до уровня груди и дует на огонь. Цель достигнута (в условии не оговаривалось, что руками брать нельзя). Улыбка до ушей, ликование во взгляде и просьба: «Мама, сними меня отсюда».

— Еще хочу!

— Александр, ты прошел самый сложный уровень. Я не знаю, что можно придумать еще сложнее.

— Можно же еще прятать. Чтоб я сначала искал, а потом доставал и задувал.

Какая прелесть. Мне бы его увлеченность и настойчивость в достижении цели.

А ведь тут есть еще и элемент творчества: он сам придумал усложнение игры.

Как с нами география обедает

география
хочувсезнать

Над обеденным столом у нас висит географическая карта. Сначала просто не нашлось для нее места, так как стены в комнате заняты рисунками, а потом оказалось, что кухня — это как раз то, что надо. Повесили бы мы карту в коридоре — ходили бы мимо нее. Повесили бы над кроватью — спали бы под ней, и нам бы снились географические сны. А так — сидим, едим: рот занят, но мозг-то свободен. Можно не кашу в тарелке разглядывать, а карту.

> Обед можно совместить с путешествием по карте железнодорожных путей России. Если мы сядем на поезд в Екатеринбурге и поедем до Владивостока, какие города будут у нас на пути?

Между делом, между первым и вторым, можно выучить названия материков, стран и их столиц. Тем более что гастрономия имеет прямое пересечение с географией. На столе у нас бананы. Бананы из Эквадора. А где у нас Эквадор? А какой

там климат? А как к нам бананы из Эквадора попали? На самолете океан пересекли? Или плыли по океану? Удивительно, такой маленький Эквадор, а стал крупнейшим поставщиком бананов! А это японская лапша. Где у нас Япония? Что еще любят есть в Японии? Лазанья — итальянское блюдо. Вот Италия. Греческий салат. Находим Грецию. Гречка. Вот гречка в Греции не растет, хотя название и порождает такое предположение. Растет гречка, то есть гречиха, в странах Восточной и Юго-Восточной Азии. Какие это страны? А в России растет гречиха? Растет, но не везде, а только там, где климат подходящий. Каждый продукт на столе облачается в свою историю. У простой булочки непростая история. Испек ее местный пекарь, но где он взял для этого муку? Как и где делают муку? А еще в составе есть сахар. Как делают сахар? А какой сахар использовался? Тот, что сделан из сахарной свеклы, или тот, что сделан из сахарного тростника? Где растет сахарный тростник? А вы знаете, как делают сахар? Булочка с шоколадной посыпкой. Как делают шоколад? Из какао-бобов? Где растут эти какао-бобы? Почему булочка называется «французская», если ее испекли на местном хлебозаводе? Почему этот чай называют «английский», если в Англии чай не растет? Никогда прежде до этого вопроса, заданного детьми, меня не интересовала колониальная политика Англии в Индии. Даже не знаю, кто для кого больший развивающий ресурс: взрослые для детей или дети для родителей. Каждый третий вопрос моих сыновей побуждает меня обратиться к справочникам и энциклопедиям. После чего я осуществляю мыслительную операцию перевода полученной информации с научно-популярного на детско-понятный.

Периодически карта меняется. Вместо политической появляется физическая, где обозначены самые широкие реки, самые глубокие озера, самые высокие горы и действующие вулканы. А еще нарисованы животные, обитающие на этой территории.

Обед можно совместить с путешествием по карте железнодорожных путей России. Если мы сядем на поезд в Екатеринбурге и поедем до Владивостока, какие города будут у нас на пути? Какова численность населения в каждом городе? Сколько суток мы будем ехать?

Меняются карты. Не меняется только местоположение карты. Самое оптимальное — над обеденным столом.

Часть 4

ОТ ПЯТИ ДО ШЕСТИ

Осенние листья как развивающий ресурс

#напрогулке

образовательныйресурсгаджетов
математика

Мы идем гулять в парк. В парке красиво. При нашем климате осенний парк редко бывает таким красивым: без размокших до слякоти тропинок и без серых от дождя деревьев. Солнце добавляет цвета листьям. Я могу бесконечно долго любоваться кронами деревьев на фоне пронзительно-голубого неба… А нет, не могу…

— Мама! Маам! Смотри! Какая жирная гусеница! — Я должна начать любоваться гусеницей.

— Странно, что гусеница все еще не превратилась в бабочку, — высказываю свое удивление, основанное на представлении, что все порядочные гусеницы должны к концу лета всенепременно стать бабочками.

— Наверное, это Пупсень! — шутит Санька.

Гусеница Пупсень — персонаж популярного мультсериала про Лунтика. На протяжении восьми сезонов мультфильма, которые снимались в течение десяти лет, Пупсень тоже так и не стал бабочкой.

Не выдерживаю неосведомленности и лезу в смартфон, забивая в поисковой строке «продолжительность жизни гусеницы». Оказывается, стадия гусеницы может длиться от нескольких недель до нескольких лет. Почему? Почему какие-то гусеницы превращаются в бабочек через несколько недель, а какие-то ждут возможности полетать аж несколько лет? От чего это зависит?

Мозг привык выстраивать систему, и ему нужно еще больше информации. Гусеницы бабочек, живущих в северных широтах, порой не успевают завершить свое развитие за одно лето, из-за чего вынуждены брать зимнюю паузу до следующего. «Карманная энциклопедия» сообщает нам, что обитающая за полярным кругом в Гренландии и Канаде волнянка известна тем, что стадия гусеницы у нее может длиться до четырнадцати лет. Так что Пупсень еще не рекордсмен.

У современных родителей есть супервозможность отвечать на все детские «Почему?» в момент их возникновения, параллельно повышая свой уровень эрудированности. Лет десять назад, гуляя со старшим сыном, я бы просто констатировала факт: «Да, это гусеница», — и мы бы пошли дальше. Но сейчас, когда у меня есть моментальный доступ к справочникам и энциклопедиям, мы можем задержаться у гусеницы подольше. Можем даже определить ее вид, сравнивая живую гусеницу с картинкой на экране смартфона. А определив, найти другую картинку и посмотреть, как у этого вида выглядит взрослая особь в завершающей стадии развития. То есть в стадии бабочки. Мы с Сашкой воспользуемся этой возможностью, а заодно прочтем,

сколько обычно длится стадия гусеницы… вот у этой гусеницы. И предположим, успеет ли она стать бабочкой, до того как выпадет снег. Мы также узнаем, как она будет зимовать. Есть в этом еще и великий воспитательный замысел: формирование отношения к гаджету прежде всего как к источнику нужной информации.

На одной из встреч с читателями мне задали вопрос:

— Анна, а как вы решаете проблему с гаджетами?

Естественным образом у меня вырвался встречный вопрос, вызвавший смех в аудитории:

— А какая с ними проблема?

Гаджет сам по себе не проблема. Проблемой может стать его использование. Если гаджет используется для поиска информации, то к нему формируется соответствующее отношение. В восприятии ребенка смартфон будет источником новых знаний. Если с помощью гаджета мы вместе с ребенком ищем ответ на вопрос, который в данный момент интересует нас обоих, то гаджет нас еще и сплачивает. Если я даю ребенку в руки гаджет только для игры, то к гаджету формируется отношение как к источнику игр. В этом случае гаджет нас разделяет, ведь я

дала его с целью занять ребенка, чтобы он не мешал мне делать свои дела.

Вслед уползающей от нас гусенице мы с Сашкой шутим, что Пупсень пополз искать брата Вупсеня. А потом наше внимание переключается на листья. Осенние листья невозможно красивы. Я не знаю, как у других, но у меня они вызывают восторг вот уже четвертый десяток лет. И с каждым годом это восхищение не становится меньше. В новом — осеннем — цвете даже форма листа, кажется, становится иной — привлекательней. Я подключаю ребенка к своему восхищению:

— Смотри, какой насыщенно-красный! А в этом больше желтого. А этот вообще багрово-коричневый.

Системный мозг требует структурировать и систематизировать впечатления. Поэтому процесс собирания листьев переходит в процесс систематизации. Мы выкладываем последовательность листьев по цвету, располагая их прямо на тропинке. Градация цвета идет от зеленого, через оттенки желтого — к оттенкам красного. Но из этого ряда выбиваются листья рябины. Они встраиваются по цвету, но очень уж отличаются по форме.

— А давай рябину отдельно выкладывать. — Сашка как будто считал мои мысли.

Следующим рядом мы выкладываем последовательность из листьев рябины. Потом ребенок решает отделить листья боярышника от листьев тополя. Они хоть и больше похожи по форме, чем те же листья рябины с листьями того же тополя, но все-таки разные. И вот когда выкладка листьев тополя в отдельный ряд завершена, становится очевидным, что у тополя красных листьев не бывает. Темно-коричневые бывают, но оттенков красного нет. Потом мы выкладываем листья по размеру: от маленьких к большим. А потом в голову приходит идея совместить три критерия в одной последовательности: предлагаю Сашке выложить в ряд похожие по форме листья от маленьких зеленых к огромным темно-бордовым. Задача очень непростая. Приходится перебирать много листьев, прежде чем найдется лист, подходящий и по форме, и по оттенку, и по размеру.

Но это еще не все, во что можно играть с листьями и последовательностями. Мы придумываем загадывать друг другу логические загадки. Первая: найти в ряду лишний лист.

Сашка все мои последовательности легко разгадывает:

— Этот лишний, потому что он зеленый, а все остальные желтые.

— Этот лишний, потому что он другой формы!

— Этот лишний, потому что он большой, а остальные маленькие.

— Да ты легкое загадываешь! — возмущается ребенок. — Давай теперь я тебе загадаю!

Я туплю: никак не могу выявить общий признак у листьев, которые Сашка выложил в ряд. Сплошная эклектика. Пиршество форм, размеров и цвета.

Сдаюсь.

— Ага! — ликует Сашка. — Этот лишний! Потому что остальные лежат хвостиком вниз, а он — хвостиком вверх.

В другой Сашкиной загадке меня не спасает даже направление хвостиков: все смотрят в разные стороны. Снова сдаюсь.

Сашка с чувством явного превосходства демонстрирует мне лист клена:

— Этот лишний!

Но почему?!

— Потому что все остальные я нашел, а этот лист ты принесла вон от того дерева.

Еще одна игра из серии «Продолжи ряд». Нужно выявить закономерность и положить следующий лист. Лист березы, лист дуба, лист тополя, лист березы, лист дуба… Какой лист положить следующим?

Чтобы оставаться развивающей, игра должна постоянно меняться, усложняться. Когда все логические цепочки решаются на раз-два-три, ребенку нужно предложить что-то новое.

Предлагаю: будем выкладывать мандалы из осенних листьев. Мандала — это рисунок в круге. В нашем случае можно было бы называть это мозаикой из листьев. Но ребенок арт-терапевта знает термин «мандала» по причине вынужденного посещения арт-терапевтических семинаров мамы. Когда возникает знакомая многим мамам ситуация «не с кем оставить», я беру Сашку с собой на работу.

> Сделать мандалу из листьев — это не только творчество, но еще и математика, а вернее, применение законов симметрии.

Сделать мандалу из листьев — это не только творчество, но еще и математика, а вернее, применение законов симметрии. Есть центральный лист, от него радиально расходятся остальные, подчиняясь определенному правилу, задуманному творцом, то есть Сашкой. Можно сказать и так, что это усложненная игра с последовательностями, только теперь листья выкладываются не в ряды, а в виде концентрических окружностей.

Следующая логическая задачка: дострой мандалу. Один человек (я) начинает строить мандалу, но строит только ее часть, один сектор от центра до края. Второму (Сашке) нужно восстановить целостность, достроить до полного круга. Для этого ему придется выявить закономерность. Начать с центра, мысленно провести оси симметрий, построить зеркальные отображения… Так что осенние листья — это не просто «Ах, как красиво!», это еще и мощный развивающий ресурс.

Дугудот плюс дугудот

мышление
математикавдороге

— Таблицу сложения нужно просто вызубрить. Понять ее невозможно! — как-то услышала я напутствие родителям от учителя начальных классов. Спорить не стала, потому что идеологические дискуссии в план родительского собрания не входили. Но, признаться, была очень удивлена таким утверждением. Успокоила себя тем, что я, возможно, неверно поняла мысль, которую учитель хотел донести. Математика — она, конечно, наука абстрактная, но вытекает из реальных потребностей. У ее истоков практические действия с предметами: одно яблоко и еще одно яблоко будет два яблока. Если ребенок наиграется с реальными предметами, то состав числа ему не нужно будет зубрить. У него будет об этом предметное представление. Поэтому чем больше счетных операций ребенок произведет с реальными предметами, перекладывая их, тем легче ему будет в будущем понять тему «состав числа». Счетным материалом может быть что угодно: пуговицы, спички, шишки, камушки. И даже содержимое тарелки: пельмени, картофель фри, стручки фасоли. Математика в этом возрасте не требует специальной организации пространства.

— Сколько в твоей тарелке вареников?
— Десять
— А в моей?
— Двенадцать.
— У кого больше?
— У тебя!
— А на сколько?
— На два!
— А как сделать поровну?
— Надо мне два добавить!
— Но вареников больше нет.

— У тебя взять и мне добавить.

— Хорошо. Сделай так. Сколько у тебя теперь вареников?

— Двенадцать!

— А у меня?

— Двенадцать!

— Правда? Пересчитай.

— Ой, десять.

— Конечно. Ты же взял два вареника из моей тарелки. Значит, теперь у меня стало на два меньше, чем было.

— Теперь у меня больше, чем у тебя.

— Да, теперь у тебя больше. А как сделать поровну?

ТА-АК... ЗАДАЧКА:
ЕСЛИ В ТВОЕЙ ТАРЕЛКЕ 6 МАКАРОН, А В СОНИНОЙ 10, СКОЛЬКО МАКАРОН НАДО У НЕЕ ЗАБРАТЬ, ЧТОБЫ БЫЛО ПОРОВНУ?
У СОНИ? ЗАБРАТЬ? ОНА ЖЕ РАЗОРЕТСЯ!
МДА....

Задача решается опытным путем. После того как один вареник возвращается обратно, Сашка пересчитывает количество вареников в каждой тарелке.

Представляете, какой интересной становится задача распределения вареников поровну, если мы ужинаем вчетвером и в каждой тарелке изначально разное количество вареников. «Сделай поровну» — это не от жадности, это просто такая математическая игра. И условия этой игры можно менять. Например: «Разложи вишни по тарелкам так, чтобы в первой было

семь вишен, во второй на три больше, чем в первой, а в третьей на одну меньше, чем во второй. Где будет больше всего вишен?»

* * *

Когда Сашка научился считать конкретные предметы, он сам, неожиданно для меня, вышел на уровень абстрактных вычислений.

— Дугудот плюс дугудот будет два дугудота, — сказал он мне как-то раз по дороге из садика.

— А кто такой дугудот? — спросила я.

— Не знаю, — ответил ребенок и засмеялся.

А потом сочинил новый абстрактный пример:

— Три косопура и один косопур будет четыре косопура.

> Представляете, какой интересной становится задача распределения вареников поровну, если мы ужинаем вчетвером и в каждой тарелке изначально разное количество вареников.

После этого случая я поняла, что можно от предметных вычислений перейти к беспредметным, абстрактным. Оставить просто 3 + 1, без всяких косопуров (хотя как выглядят косопуры, меня заинтересовало). Так у нас началась эпоха абстрактных вычислений:

— Санька, а сколько будет, если к пяти прибавить пять?

В устном счете мы обычно упражнялись по дороге к бабушке: два часа в машине надо же чем-то заниматься. Сначала мы подкидывали ребенку задачки, потом он нам. Второй вариант даже веселее. Потому что мама через раз отвечает неправильно, ребенок радостно замечает ошибку и поправляет.

Самое простое — примеры на сложение и вычитание, но потом добавились умножение и деление. При этом мы не давали название этим операциям. Не «два умножить на три», а «сколько будет, если три раза взять по два». Не «разделить на два», а «пополам» или «поровну на двоих».

Через практическое действие происходило и знакомство с дробями: три конфеты пополам нацело не делятся, получалось «одна и еще половинка», и знакомство с пропорциями: шоколадку на шестерых поровну? Сначала шоколадку пополам. И людей пополам — на две команды. Теперь половинку шоколадки разделим на троих. Делить на три равные части легче, чем на шесть.

Учить делиться важно для освоения операции деления. Из

ситуации «спасибо, мы не хотим шоколадку, скушай все сам» потребность в делении не возникает, и навык деления не развивается.

Наша математика. При чем тут кошки?

математика
мышление
кототерапия

Сашка, изучая упаковку кошачьего корма:

— А сколько котам лет? Три, четыре или пять?

— Сань, мы же их прошлым летом совсем маленькими котятами подобрали. Сколько лет прошло?

— Один год.

— Значит, сколько котам лет?

— Один год… Тогда этот корм им не подходит. Тут написано: 3, 4, 5.

— Это не возраст. Это вес. В килограммах.

— А сколько у них килограммов?

— Не знаю. Взвесь. Есть же весы.

Зараза-кот не хочет сидеть на весах, сразу удирает.

— Смотри, — говорю я, вставая на весы вместе с котом, — сколько килограммов показывают весы?

— Пятьдесят два и десять.

— Хорошо. Для расчетов берем только целую часть — цифры до разделяющей точки. А теперь я встаю без кота.

— Сорок восемь!

— Ну и сколько килограммов весит кот?

Сашка озадачен. Переформулирую вопрос:

— На сколько килограммов я с котом тяжелее, чем я без кота?

— На четыре! Кот весит четыре килограмма! — Лицо Сашки сияет радостью открытия. Он бежит за Муськой. Взвешивается с ней и без нее.

— С Муськой двадцать два, без Муськи двадцать. Муська всего два килограмма весит! Малявка!

— А кто тяжелее: Муська или Барсик?

— Конечно, Барсик! Он на два килограмма тяжелее! Как две Муськи!

Возвращается к пакету с кормом.

— Непонятно, как кормить Мусю…

— Что тебе непонятно?

— Барсик четыре килограмма. Тут написано, что ему надо

граммов корма в день. А про два килограмма ничего не написано.

— Давай подумаем. — Обращаю его внимание на последовательность в таблице: — Для пяти килограммов — пятьдесят пять граммов корма, для четырех — сорок пять граммов, для трех — тридцать пять, а для Муси, которая весит два килограмма…

— Двадцать пять граммов!

А ВЫ ПОЗАНИМАЙТЕСЬ МАТЕМАТИКОЙ!
ПОКОРМИ КОТА!
А СКОЛЬКО КОРМА НАСЫПАТЬ?
ДА КОМУ ВООБЩЕ НУЖНА ЭТА МАТЕМАТИКА!
МАТЕМАТИКА
ТУТ ПО ВЕСУ... НАДО ВЗВЕСИТЬ МУРЗИКА!
ОН КУСАЕТСЯ И НЕ ВЗВЕШИВАЕТСЯ!
А ЧТО ЕСЛИ НАМ ВЗВЕСИТЬСЯ ВМЕСТЕ?
А ПОТОМ ИЗ ОБЩЕГО ВЕСА Я ОТНИМУ СВОЙ ВЕС.
ПОПРОБУЙ
НУ КАК, ПОЗАНИМАЛИСЬ МАТЕМАТИКОЙ?
ТРЕНИРОВАЛИСЬ НА КОШКАХ!
НЕА! КОТА ВЗВЕШИВАЛИ, ЧТОБЫ ВЫЯСНИТЬ, СКОЛЬКО КОРМА НАДО

— Получается примерно так. А сколько корма им надо на двоих?

— Дааааа этоооо вааааще легкоооо, — тянет Сашка. Он всегда растягивает слова, пока думает, чтобы создать иллюзию мгновенного ответа. — Семьдесят!

— Правильно. Семьдесят граммов в день на двоих. А в упаковке двести граммов. На сколько это дней?

— Семьдесят и семьдесят — это сто сорок. Это два дня. И еще

остается шестьдесят. Почти три дня. Но так они в третий день будут не голодные и не сытые.

— Правильно, Саша. Почти три дня. НЕ НАДО СРАЗУ ВЕСЬ ПАКЕТ ВЫСЫПАТЬ В МИСКУ!

Интересно, знают ли производители корма, что их упаковка — это дидактическое пособие по математике для ребенка шести лет?

Интересно, знает ли Сашка, что в его возрасте так считать совершенно необязательно?

Интересно, знают ли коты, что этот пакет им почти на три дня и необязательно все пожирать за день?..

Скорость поедания печенья

математика
мышление
смамойнакухне

Единственная игра, установленная на моем телефоне, — подвижная. Это приложение, считающее шаги. Пока я готовлю обед, Александр с моим телефоном в кармане наматывает круги по квартире. Периодически он сообщает мне, сколько сделал шагов.

ПРОВЕДЯ СЕРИЮ НЕХИТРЫХ ЗАМЕРОВ И ВЫЧИСЛЕНИЙ, Я СМОГ ПОДСЧИТАТЬ СУММАРНОЕ КОЛИЧЕСТВО ВСЕХ СДЕЛАННЫХ ТОБОЙ ШАГОВ ОТ ХОЛОДИЛЬНИКА ДО ПЛИТЫ, И ПО РАССТОЯНИЮ ЭТО МОЖНО СРАВНИТЬ С ПЕРЕСЕЧЕНИЕМ ФРАНЦИИ!

— А давай посчитаем, с какой скоростью ты передвигаешься по квартире, — предлагаю я и беру в руки таймер. — Давай зафиксируем показания шагомера до начала эксперимента.

Сашка переписывает цифры в блокнот: 132 шага.

Время пошло. И Сашка пошел. Через минуту таймер пропищал «хватит», и в блокноте появилось новое значение: 201 шаг.

— Получается, что за минуту ты сделал 69 шагов.

— А ты?

— А я за это время почистила две картошки.

— А кто быстрее?

— Мы не можем сравнивать эти скорости — действия совершенно разные. Вот если бы ты тоже чистил картошку, мы могли бы сравнить, кто быстрее чистит картошку. Или если бы я ходила по комнате, мы бы сравнили скорость перемещения по комнате.

Чистить картошку Сашка не хотел. Но хотел соревноваться. Поэтому предложил мне перемещаться по кухне с шагомером.

Удивительное дело, но, курсируя между столом, плитой, раковиной и холодильником, я сделала 19 шагов за минуту. За час получится больше тысячи шагов. Это меньше, чем скорость Сашки, но тем не менее опровергает убеждение о малоподвижности домохозяек.

В следующий заход Сашка решил соревноваться с самим собой. Поэтому он не ходил по квартире, а бегал, сообщая вслух и записывая после каждого сигнала таймера количество шагов и разность с предыдущим значением. 95 шагов. 104 шага. 117 шагов. 140 шагов. (Мне пришлось сделать паузу в приготовлении и показать ему, как запускать таймер.)

— Интересно, как далеко ты бы смог уйти за время, пока я готовила суп, если бы ходил не по кругу?

Сашка замер. По его одухотворенному лицу было видно, что выяснение гипотетического расстояния ему тоже интересно, но он не знает, с какой стороны подступиться к решению этого вопроса. Шагомер-приложение может рассчитать расстояние, если задать ему длину шага.

— Если мы узнаем длину шага, то мы узнаем расстояние. А как мы узнаем длину твоего шага? Чем мы можем его измерить?

— Линейкой! — первое, что приходит Саньке в голову.

Он кладет на пол линейку, но, кроме того, что линейка короче, чем Сашкин шаг, вывод сделать не получается.

Сашка задумчиво смотрит на 25-сантиметровую линейку и изрекает:

— Нам нужна еще одна линейка.

Еще одной линейки у нас нет. Зато есть суп, который желательно съесть раньше, чем он совсем остынет. Я предлагаю пообедать, а потом на «сытую голову» подумать, где взять еще линейку.

— Голова сытой не бывает, мама! Сытый только живот бывает! Нам надо самим сделать линейку! — и направляется к столу.

Нет, не к обеденному столу, а к письменному. Берет альбом, выдирает из него лист, обводит линейку, а потом вырезает.

— Ну вот, — с довольным видом комментирует он результат, — теперь только черточки нарисовать надо.

Мне хочется поскорее приступить к обеду. Идея рисования черточек вселяет в меня опасение, что процесс измерения длины шага слишком затянется. Переключить Сашку с решения необычной задачи на заурядный обед — это еще сложнее, чем срисовать все черточки с линейки. А собственно, зачем нужны черточки?

— Сань, смотри, если мы сначала положим самодельную линейку, а потом настоящую, то можно обойтись без черточек. Имеют значение только черточки на той линейке, где заканчивается твой шаг. А про эту линейку достаточно знать, что она 25-сантиметровая.

Я постаралась быть убедительной. Сашка шагнул вдоль самодельной линейки и поставил ногу на вторую.

На миг я зависла: какое значение брать для расчетов — то, где начинается пятка, или то, куда уперся большой палец ноги? Логично измерять от пятки до пятки… Или от носка до носка. Так как начиналось измерение с носка — большой палец ноги стыковался с началом самодельной линейки, то и значение нужно брать то, куда попал большой палец другой ноги. Правда, эти рассуждения я оставила для себя, решив не перегружать Сашку информацией. Тем более что вопроса «почему именно так?» у него не возникло.

Длина шага оказалась 48 сантиметров. (Уф, уже хорошо. Шагни он чуть шире, и пришлось бы мастерить третью линейку.)

Вводим в программу длину шага и получаем 1,68 километра.

— Санька, ты бы ушел от меня примерно на полтора километра.

С миллиметрами, сантиметрами, метрами, километрами Сашка был и ранее знаком. С различными линейками мы наигрались еще в прошлом году на даче. И даже с помощью 25-метрового нейлонового разметочного шнура отмерили четверть километра, многократно разматывая и сматывая шнур вдоль

дороги, проходящей у нашего дома. (Хорошая деревенская дорога, по которой машины ездят редко.) Вообще изначально идея была отмерить километр. Но у нас не хватило терпения: надоело сматывать шнур. Вбили разметочный колышек и подытожили: еще три раза по столько — и будет километр.

— Итак, полтора километра. Сейчас посмотрю, что находится от нас на этом расстоянии. — Загружаю навигатор. — Ты бы уже дошел до парка. Или до торгового центра, если бы пошел в другую сторону.

— Мама, значит, ты варишь суп со скоростью перемещения меня до парка!

Весьма неожиданный вывод.

* * *

Еще мы считали скорость поедания печенья. Сколько печенюшек может съесть каждый за одинаковое количество времени. (Я ем в два раза медленнее Сашки.) Считали скорость приседаний: сколько раз успеешь присесть за минуту. (Я опять в безнадежно отстающих.) Считали скорость чтения: сколько слов в минуту успеем прочитать. (Пока в этой номинации у меня в семье нет конкурентов.)

Когда ОРВИ не помеха развитию

математика
биология

У ребенка ОРВИ. Я встревоженно каждый час измеряю температуру.

— Сколько? — интересуется Сашка.

— Тридцать восемь и два, — отвечаю, вздохнув.

— Стало на один градус больше? — Сашка помнит предыдущий показатель.

— Нет, не на один. А на одну десятую градуса.

— Как это?

— Так. Одна десятая часть градуса. Градус поделили на десять частей.

— Как это — поделили градус?

Действительно. Что-то я коряво объясняю. Если ребенок не имеет возможности увидеть градус, то как он поймет деление градуса на части?

Электронный термометр для объяснений не годится. Нужна

наглядность, и я достаю ртутный термометр. Мы снова измеряем температуру. После чего я показываю Сашке шкалу и на какой отметке остановился ртутный столбик.

— Видишь большие деления? Рядом с ними числовые значения. А между ними маленькие деления. Расстояние между большими делениями поделили на десять частей.

Тридцать восемь и два — это значит, что ртутный столбик поднялся еще на два маленьких деления после тридцати восьми. А было тридцать восемь и одна. Разница между предыдущим показателем в одну часть. А так как поделили на десять частей, то эта часть — одна десятая.

— А если станет на один градус больше, то какая будет температура?

— Тридцать девять и два. Но я очень надеюсь, что этого не будет. Будет наоборот, на один градус меньше. Это сколько?

— Тридцать семь и два?

— Верно. Давай ты сейчас поспишь, а когда проснешься, температура будет на один градус меньше.

— А у Муськи тоже есть температура?

— Конечно. У всех и всегда есть какая-нибудь температура.

— А почему ты вчера бабушке по телефону говорила, что у тебя температуры нет?

— Так говорят, когда имеют в виду, что нет повышенной температуры. Норма для человека — до тридцати семи градусов. А если выше тридцати семи, то говорят, что температура есть.

— А почему мы меряем температуру этим градусником, а не этим?

— Потому что электронным быстрее.

— А давай Муське температуру померяем. — Сашка пристраивает электронный термометр кошке под лапу. — Ой, смотри, у нее тоже тридцать восемь. Муська заболела?

— Нет, — успокаиваю, — Муська не заболела. Для кошек тридцать восемь — нормальная температура.

— А почему?

— Саш, я не знаю. Ветеринар так сказал.

Но вопрос прозвучал, а я стараюсь не оставлять детские вопросы без ответа. Поэтому обращаюсь к поисковой системе.

— Так… Чем меньше животное, тем быстрее у него протекают жизненные процессы в организме, поэтому и температура тела выше. Вот смотри.

Показываю на экране планшета таблицу температуры тела разных животных. Хорошая таблица, наглядная: нарисовано животное, а рядом проставлена температура тела в норме.

Читаю:

— Слон — тридцать пять градусов Цельсия. Свинья — тридцать семь. Собака — тридцать восемь. Кролик — тридцать девять. Курица — сорок один. Голубь — сорок три.

— А лягушка — пятьдесят? — предполагает Сашка. Логично, ведь лягушка меньше голубя. Но нет…

— Саш, с лягушкой еще интереснее. Она холоднокровная. Ее температура тела зависит от температуры окружающей среды.

Под мой рассказ о лягушках и других земноводных ребенок засыпает. А я снова ставлю ему под мышку градусник, потому что температура тела конкретного ребенка меня интересует гораздо больше, чем температура тела всех млекопитающих и земноводных.

Развивающие игры с тетрадкой

творчество
#игрысвоимируками
моторика
математика

Когда спешным порядком собираешь вещи под пристальным взглядом врача «Скорой помощи», как-то меньше всего думаешь о развлечениях для ребенка. Умеют же врачи «Скорой» смотреть так, что чувствуешь себя самой нерадивой мамашей на свете, которая довела бедного ребенка до такого состояния, что нужно срочно везти его в больницу. Тревога за своего ребенка смешивается с чувством вины: ведь есть и другие дети, к которым надо успеть, а я тут копаюсь, как клуша. «У нас еще столько вызовов…» — говорит врач, подливая масла в огонь. Суетливо ищу тапочки, пакую чашку и ложку, комплектую стандартный мыльно-зубной набор для себя и сына. Что-то еще? Ах да, самое главное! Самое главное при госпитализации вовсе не тапочки и не зубная щетка, а полис обязательного медицинского страхования. При этом важно не перепутать — взять именно Сашкин полис, а не Арсения. (Перепутать легко — имена на «А», фамилии и отчества совпадают.) В последнюю очередь сую в пакет тетрадку с ручкой: просто чтоб было. Уже в машине придумываю, для чего может пригодиться тетрадка. Ну, скажем, выдирать листочки и продукты подписывать перед отправкой в общий холодильник.

А на следующий день температура спадает, пневмония не подтверждается, и картина мира резко меняется на «зачем мы сюда приехали». Но раз уж приехали, будем лечиться здесь.

Оживший ребенок требует хлеба и зрелищ. В смысле

конфетку и развлечений. Полис медицинского страхования, тапочки и зубные щетки — скудноватый ресурс для организации зрелищ, но больше ничего нет. Впрочем, почему нет? У нас же есть тетрадка!

Безжалостно вырываю первый лист: ему суждено стать корабликом. Одним корабликом дело не ограничивается, потому что: «Сделай еще один», «Я тоже хочу научиться», «Покажи, как дальше?», «Ладно, теперь сам».

Какое-то время мы вплотную заняты кораблестроением, потом переключаемся на другой транспорт — самолеты. Сделать самолет проще, чем кораблик, и у нас за воспроизведением по образцу сразу возникает следующий уровень — творческая импровизация. Если крылья загнуть не так, а вот так, как это повлияет на полет? А если утяжелить нос самолета, будет ли он летать быстрее или, наоборот, клюнет носом в землю? Какой самолет полетит дальше, большой или маленький, сделанный из четвертинки тетрадного листа? (Всё проверяем опытным путем.)

Потом квадратный лист превращается у нас в лягушку-по-прыгушку (я еще в школе научилась делать такие). Лягушка реально прыгает, если пальцем надавить на бумажную складку, а потом резко отпустить. Чем меньше по размеру лягушка, тем резвее она скачет. Устраиваем соревнования по прыжкам: кто из лягушек (а их уже несколько) прыгнет дальше. Чтобы все было по правилам, рисуем линейку на тетрадном листе для измерения дальности прыжков, на этом же листе фиксируем результаты. Лягушка под номером один совершает десять прыжков. Результаты записываем. Потом на арену выходит лягушка под номером два и виртуозно исполняет свою серию прыжков. А еще есть лягушки под номером три и четыре, так что чемпионат по прыжкам занимает довольно много времени. Но мы никуда не торопимся, куда нам в больнице торопиться?

Какое-то время мы вплотную заняты кораблестроением, потом переключаемся на другой транспорт — самолеты. Сделать самолет проще, чем кораблик, и у нас за воспроизведением по образцу сразу возникает следующий уровень — творческая импровизация.

Пора подвести итоги. Кого объявить победителем? Ту, что прыгнула дальше всех? Но у каждой было десять попыток, какие-то более успешные, какие-то менее. Если на пятой попытке лягушка под номером один прыгнула дальше, чем лягушка под номером два на своей третьей попытке, то чья это победа?

А если четвертая попытка лягушки под номером два была

лучше, чем девятая попытка у первой? Ну и кого из них выбрать? Что взять за критерий абсолютной победы?

НЕ ВОЛНУЙСЯ, БАБУШКА! МЫ ДЕЛАЛИ ЛЯГУШЕК, ОЦЕНИВАЛИ ИХ ЗАБЕГИ, ИГРАЛИ В БРОДИЛКИ И В КОРАБЛИ, РВАЛИ ПОЛОСКИ НА ВРЕМА И ПРИДУМАЛИ ТЕАТР...
ЭТО ОНА ЧТО... ВСЮ КВАРТИРУ ВЫВЕЗЛА?!

Признаться, я и сама запуталась во всех этих «лучше-хуже», но Сашку надо было расшевелить — пусть придумывает правила и аргументирует их. В конце концов он сам предложил выбрать победителя по максимальному личному результату. Но для этого ему как главному судье придется сравнить результаты каждой лягушки и выбрать тот самый — максимальный. Сложно? Сложно. А ведь начиналось все с невинной забавы. Однако у мамы в анамнезе математическое образование, и, как следствие, любая деятельность у нас рано или поздно выруливает в сторону решения математических задач.

Развлекаясь с лягушками, мы с Сашкой поупражнялись в

порядковом счете, в измерении, сравнении, закреплении понятий «минимум» и «максимум». Победитель, выбранный в соответствии с критерием «прыгнула дальше всех», очень нас удивил, потому что лягушка под номером четыре прыгала хуже всех. Но один раз она как-то очень далеко улетела, и ее личный максимум оказался больше, чем у других. Так бывает, и по предложенным Сашкой правилам она победитель. А кто нам мешает придумать другие правила? Мы можем сделать победителем того, чье суммарное достижение будет наибольшим. Совместными усилиями справляемся со сложением и сравнением результатов. Как и ожидалось, по новому правилу победительницей оказалась совсем другая лягушка. Решаем наградить обеих: одну в номинации «Самый дальний прыжок», а другую в номинации «Стабильно высокий результат». Нарисовали каждой по медали на брюшке.

Но соревнования на этом не закончились. Теперь мы выбирали самую ловкую лягушку. Ту, которая, прыгая с одной кочки на другую (обе нарисованы на развороте листа), попадает именно туда, куда надо. Недолет. Перелет. Уход вправо. Точно в цель. Три попадания из десяти возможных. Здесь не только навык счета совершенствуется — это еще и развитие координации движений. Ведь важно так запустить лягушку, чтобы она не перелетела, не улетела вбок, а допрыгнула.

Еще одно упражнение на развитие координации: рвать бумагу на полосочки. Узкие полосочки шириной в одну тетрадную клетку. Это только кажется, что проще простого, а на самом деле чуть посильней, порезче сделал движение — и полоска рвется, не дойдя до противоположного края листа.

Заготовленные таким образом бумажные полоски можно использовать в следующей игре. Задача: придумать способ скоростного накручивания бумажной полоски на стержень шариковой ручки. Как получится быстрее? Прокатить стержень по столу, закрепив один конец полоски на стержне? Или крутить стержень в ладонях? Или держать стержень неподвижно, обматывая полоску вокруг него?

* * *

Получившимися скрутками кормим лягушек. Нет, не тех, что участвовали в соревновании, а других. Лист бумаги можно превратить в лягушку-квакушку. Суть — один большой рот, который закрывается, если схлопнуть пальчики, и открывается, если пальчики распахнуть. Один подкидывает скрутки, а другой старается поймать, открывая и закрывая рот лягушки. Это тоже

развитие координации движений и меткости.

* * *

Люблю оригами. Люблю магические превращения листа бумаги. Люблю ту реакцию, которую выдают дети, когда на их глазах через серию сгибов простой лист превращается в лебедя, журавлика или верблюда. Они говорят: «Ах!», потом: «Сделай мне тоже!», а особо любознательные просят: «Научи!»

Научить можно по-разному. Если положить перед ребенком схему и дать вводную инструкцию, то это не сработает: эмоции не те. Детям будет скучно, и они начнут отвлекаться. Я проверяла на первоклашках, не специально, а так получилось.

Тема: алгоритмы, раскрытие темы — через оригами. Следуя инструкции (алгоритм), нужно было свернуть из бумаги кораблик. Кто-то справился, кто-то нет, но ярких эмоций я не увидела.

А потом было лето и был летний лагерь при школе. Первоклашки — те же самые (то есть теперь уже второклашки). После хорошего ливня во дворе зажурчал ручей. Я выдрала из тетради листок, сделала кораблик и пустила его в плавание. Тут же выстроилась очередь: «Я тоже хочу такой». Напоминаю, мы с ними делали кораблики на уроке. Раздаю всем желающим по листочку, показываю, рассказываю, помогаю отстающим. Через несколько минут по ручью поплыла целая флотилия. Кто-то просит еще один листочек, потому что хочет сделать кораблик уже без моей помощи.

Те же самые первоклашки. Та же самая инструкция. А эмоции другие. Почему? Почему скука сменилась познавательным интересом? Потому что кораблик стал частью игры, а не обязательным заданием на обязательном уроке.

В этом контексте хочу еще раз сказать о важности наращивания развивающего потенциала взрослого. Когда взрослый много знает и умеет, он может в нужный момент извлечь из своего стратегического запаса новую идею для развития — ту, которая наиболее гармонично впишется в текущую деятельность ребенка, подстегнет его интерес.

Книги по оригами я покупала в первую очередь для себя, чтобы самой научиться. Кроме всего прочего, это позволило мне избежать разочарования: «Вот, купили, а ему не интересно». Действительно не интересно, если в качестве конкурента за внимание ребенка выступает новый набор конструктора. Мы сворачиваем оригами в больнице, в поезде, в самолете, в кафе,

пока ждем заказ, — это те ситуации, когда рядом нет других игрушек.

* * *

В детстве я несколько раз попадала в больницу. Скучно… В палате чужая тетя и ее малыш, с которым не поиграешь. Спасали книги и тетрадка с карандашами. В тетради я, дошкольница, рисовала, и не просто так, а придумывала сказку. Творчество развивается в условиях дефицита.

В начальной школе, когда я снова попала в больницу, в палате были девочки моего возраста. Все наши шумные игры моментально пресекались медперсоналом, оставалось сидеть и рисовать. Выпросили у медсестры ножницы. «Ладно, только верните». Мы рисовали кукол и одежду к ним. Кукол вырезали, одежду тоже. Куклы ходили друг к другу в гости, жили во дворцах. Дворцы делали с помощью тетрадок: на развороте или на одном листе рисовали интерьеры — что-то вроде задника в театрах.

Я долго была уверена в том, что современные дети не смогут развлечь себя с помощью тетрадки. Им же в больницу дают телефон с играми, или планшет, или ноутбук, то есть кроме игр они могут и мультики посмотреть, и кино какое-нибудь. Но в палате, где лежали мальчишки после сотрясения мозга, все «экранные» развлечения были запрещены. После того как они пересказали друг другу все анекдоты, какие смогли вспомнить, и все страшные истории про «черную-черную комнату», они взяли тетрадку, настригли 36 одинаковых прямоугольников и нарисовали игральные карты. Пришедшие навестить детей родители застали их за игрой в подкидного дурака…

> Когда взрослый много знает и умеет, он может в нужный момент извлечь из своего стратегического запаса новую идею для развития — ту, которая наиболее гармонично впишется в текущую деятельность ребенка, подстегнет его интерес.

Моего дошкольника, пожалуй, рано знакомить с игрой в дурака, а принцессы не входят в круг его интересов. Но играть-то надо. И мы рисуем настольную игру-бродилку. Старт, финиш, шаги-кружочки, стрелочки перехода вперед, назад, знак «пропусти ход». Вместо фишек — маленькие лягушки-попрыгушки. Вместо кубика — самодельный волчок-шестигранник. Рядом с каждой гранью цифра. Если волчок,

покрутившись, упал на грань, рядом с которой цифра «три», значит, лягушка продвигается вперед на три шага. Проиграв дважды, ребенок объявляет, что это игра плохая и он сейчас нарисует новую игру, хорошую. Нарисовал несколько штук.

— Что вам привезти в больницу?

— Новую тетрадку.

У старой мы даже обложку использовали. Часть пошла на волчок, а остальное порезали на одинакового размера прямоугольники и сделали… нет, не карты — карточки для игры «Парочки» на развитие памяти.

Четное число карточек разбивается на пары, на каждой паре рисуется одинаковый элемент. После чего все карточки переворачиваются рисунком вниз и перемешиваются. Каждый участник в свой ход переворачивает любые две карточки.

Если картинки на них одинаковые, он забирает карточки себе, если нет, переворачивает обратно, и ход переходит к другому игроку. В процессе важно следить и запоминать, какая картинка на каком месте прячется. Выигрывает тот, кто соберет больше «парочек».

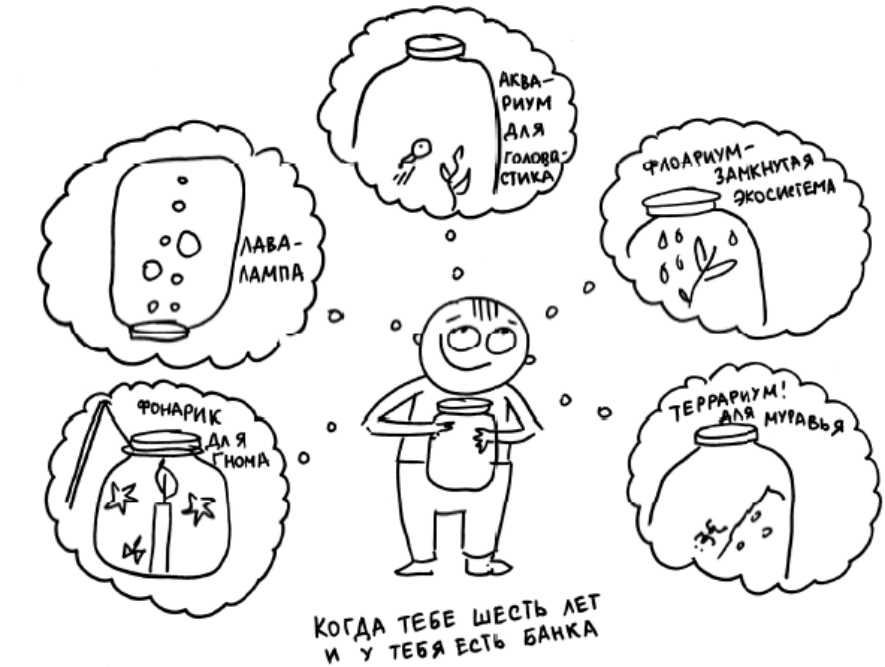
Вообще-то существуют готовые игры-бродилки и готовые наборы «парочек». Можно попросить, и нам в больницу привезут кучу настольных игр. Но я вижу большое преимущество в том, чтобы самим придумывать игры и создавать их. Не всегда, но время от времени. В этом случае ребенок ощущает себя творцом. Мышление творца: «Если у меня нет чего-то готового, я могу это создать или придумать аналог» — поможет в будущем найти решение в непростой ситуации.

Террариум

биология
познавательнаяактивность
напрогулке

У

моей традесканции стали засыхать листья. Не так чтобы совсем, но каждый листик по краю обзавелся сухой ломкой каемочкой. И ведь случись это, когда я забыла ее полить, у меня было бы простое объяснение. Но когда растение придумывает подсыхать при регулярном поливе, это вызывает смятение и подозрение: «Здесь что-то не так…» Что-то не так с моей традесканцией. (Или со мной?)



В поисках информации захожу в Интернет, и цифровая волна выносит мне прелюбопытный факт. У одного англичанина по имени Дэвид Латимер традесканция живет в закрытой 10-литровой бутыли еще со времен его молодости. Он ее не поливал целых 43 года. (Мне захотелось укоризненно посмотреть на мою изнеженную вниманием традесканцию.) Никакого ухода. Бутыль ни разу не откупоривалась, однако растение спокойно развивалось. Там, в этой емкости, сформировалась собственная экосистема. Традесканция поглощала солнечный свет, получала энергию, нужную для роста, вырабатывала кислород в процессе фотосинтеза. Выработка кислорода приводит к увлажнению воздуха. Конденсат по стенам бутыли стекал к корням, осуществляя полив. А углекислый газ, нужный для фотосинтеза, получался благодаря процессам гниения старых листьев той же традесканции.

Система в балансе. Захотелось поверить, что и вечный двигатель тоже существует. А может, фейк? Как бы там ни было, традесканция в бутылке на фотографии выглядела куда более здоровой, чем та, что у меня на подоконнике в открытом кашпо.

Мне захотелось поделиться информацией с детьми. В том числе и своими сомнениями. Хороший вопрос они мне задали: «А есть ли другие примеры?»

По запросу «растения в закрытой емкости» примеров мы нашли достаточно (правда, срок жизни растений-затворни-ков исчислялся месяцами, а не годами), и даже обнаружилась видеоинструкция о том, как сделать флорариум.

Вообще-то можно было предположить, что за этим последует…

По инициативе Сашки идем в ближайший парк с трехлитровой банкой. Быть ей теперь флорариумом (нам бы научиться это слово выговаривать). Неплохой виток в карьере: до этого в ней только огурцы закатывали, а теперь — мини-филиал ботанического сада. Ну-ну, посмотрим, что у нас выйдет.

Сначала, согласно инструкции, насыпаем в банку мелкие камешки для дренажа. Потом — слой почвы. Потом выкапываем и сажаем в банку (то есть, простите, во флорариум) самые простые растения, что-то вроде подорожника. Для антуража добавляем маленькую коряжку, поросшую мхом. А для пущей красоты еще и шишку кидаем.

Приносим это чудо домой, поливаем в первый и последний раз, как положено по правилам эксперимента, плотно закрываем крышкой и ставим на подоконник.

Полвечера говорим о том, каким образом будет функционировать наша автономная экосистема. Строим предположения.

На второй день на стенках банки действительно образовался конденсат. Влага, собираясь в капли, стекала к почве. Пытаясь разглядеть хоть какие-то изменения, происходящие с растениями, Сашка вглядывался в помутневшие стенки и вдруг подскочил ко мне с криком: «Там муравьи!» Оказывается, вместе с землей и травками мы еще и муравьев прихватили. В обозримом пространстве две штуки, но не исключено, что страдальцев больше… Вот ведь незадача. Мы ведь флорариум хотели устроить, а не террариум. Выживут ли муравьи в этой экосистеме? Что они будут есть? Как размножаться?

С удивлением обнаруживаю, что у меня в голове нет файла про размножение муравьев. Кроме того, что они откладывают яйца. Но когда откладывают? При каких условиях? И муравьи — они вообще вегетарианцы?

Лезем в справочники за информацией.

Интересный факт. Муравьи, и самцы и самки, имеют крылья. Ну да, видела, когда разворошила муравейник на даче… Раз в жизни у них случается брачный лёт, во время которого происходит спаривание. Как романтично: любовь в полете… После того как самка оплодотворится, она отгрызает собственные крылья. Офигеть, метафора… Мол, крылья больше не нужны,

теперь о детях думать надо… Наверное, это даже хорошо, что самец после акта любви погибает (от счастья, видимо), а то периодически вгонял бы свою пассию в хандру: «Где твои крылья, что мне так нравились?» Понятно, что это сугубо мои размышления, которые если я и озвучу, то только подругам, но никак не детям. Детям передаю суть кратко, без эмоций и метафоричности.

Поразмыслив, приходим к выводу, что шансов выжить в данной экосистеме у муравьев не много. Продолжать ли эксперимент, гуманность которого под вопросом?

— А давай мы откроем крышку, муравьи выползут, а потом опять закроем?

Каюсь, эту благородную и рациональную мысль я не поддержала. Представила, как муравьи выползают из своего террариума и идут (ползут) обживать пространство нашей квартиры. Ну, нет, жить с муравьями мне не хотелось. Поэтому флорариум снова стал банкой. Грязной банкой, из которой на улице высыпали землю вместе с муравьями…

Но история на этом не закончилась. Появился новый флорариум. Даже два. А потом появилась идея правильного террариума, такого, где муравьев регулярно подкармливают. Мы даже обсуждали, чем и как подкармливать. Но пока только обсуждали: разводить дома муравейник, пусть и за стеклом, я не рискнула. Может, зря?

* * *

Познавательной активностью ребенка можно управлять: можно развивать эту активность, но можно и блокировать.

✓ *«А давай поищем примеры домашних террариумов. А кто еще может жить в террариуме?»* — Познавательная активность развивается.

✗ *«Нечего мне плодить на подоконнике банки со всякими тараканами!»* — Познавательная активность блокируется.

✓ *«Давай почитаем, какие растения лучше всего приживаются во флорариуме».* — Познавательная активность развивается.

✓ *«Интересно, откуда берется плесень? Что будет с ней через неделю? Давай сфотографируем флорариум сейчас, чтобы потом сравнить».* — Познавательная активность развивается.

✗ *«Мне еще плесени тут не хватало! Убирай из дома эту грязь!»* — Познавательная активность блокируется.

✓ *«Давай почитаем, какие условия нужны для жизни муравьев».* — Познавательная активность развивается.

✗ *«Ой, не знаю. Выживут — не выживут. Делать мне больше нечего, только о муравьях беспокоиться».* — Познавательная активность блокируется.

О пользе ручного труда для развития мышления

мышление
труд
новыевпечатления

Еще Аристотель сказал, что «в деле воспитания развитие навыков должно предшествовать развитию ума».

Не то чтобы я считаю умение шить наиважнейшим навыком для мужчины, но воспользоваться иголкой с ниткой при необходимости — не помешает. Это, если хотите, развитие мелкой моторики и, как следствие, развитие мышления.

Предложила ребенку самому зашить джинсы. Через некоторое время и несколько попыток вдеть нитку в ушко иголки ребенка посетила идея. Бизнес-идея. Именно так он мне ее и преподнес:

— Мам, я придумал бизнес-идею! Надо продавать наборы иголок с уже вдетыми нитками для удобства потребителя.

Идею, конечно, можно критиковать. Но то, что ребенок начал мыслить в формате бизнес-идей, меня порадовало. Может, впоследствии какой-нибудь автоматический «нитковдеватель» изобретет, с моторчиком. Или бесшовную склейку ткани. Впрочем, такая уже есть…

Лень — двигатель прогресса. Только чтобы мозги до этого прогресса активизировать, надо обязательно ручкам дать поработать.

Например, если дело происходит летом на даче, выдать перчатки и выделить грядку для прополки. Я так и поступила. Через некоторое время мой ребенок соображает, что корни сорняков эффективней для удаления подкапывать, и начинает испытывать садовый инвентарь, выбирая подходящий (маленькая складная лопатка, совочек, тяпка, цапка — опробовал всё). Потом он притащил ведро, перевернул его и сел — так полоть удобнее. Оптимизация рабочего места, молодец.

Собираем малину. Большое ведро — одно на всех. Вскоре приходит идея: если маленькие ведерки к поясу подвязать, а? И быстрее получится, и нагибаться не надо, и друг другу помехи создавать не будем. Рационализация труда, умница!

Еще можно озадачить ребенка поливкой. Бегать по участку с маленькой лейкой — да ну, не набегаешься. Большая лейка

слишком тяжела. Вот как бы воду прямо к грядкам подвести? Понятно, что нужен шланг. А как воду из бочки по шлангу пустить? С помощью насоса, да? Ребенку опять есть над чем подумать…

> Предложила ребенку самому зашить джинсы. Через некоторое время и несколько попыток вдеть нитку в ушко иголки ребенка посетила идея. Бизнес-идея.

Колорадские жуки — в этом году их как никогда много, собираем всей семьей, включая Сашку. Никакая энциклопедия не научит так быстро различать насекомых, как практика. Вскоре Сашка не только отличает колорадского жука от божьей коровки и жука-пожарника, но и знает, как выглядит взрослый колорадский жук и как — его личинка. Еще он знакомится с пирамидой питания: кого едят насекомые и кто ест насекомых. Удивляется, что насекомые, оказывается, тоже бывают хищниками.

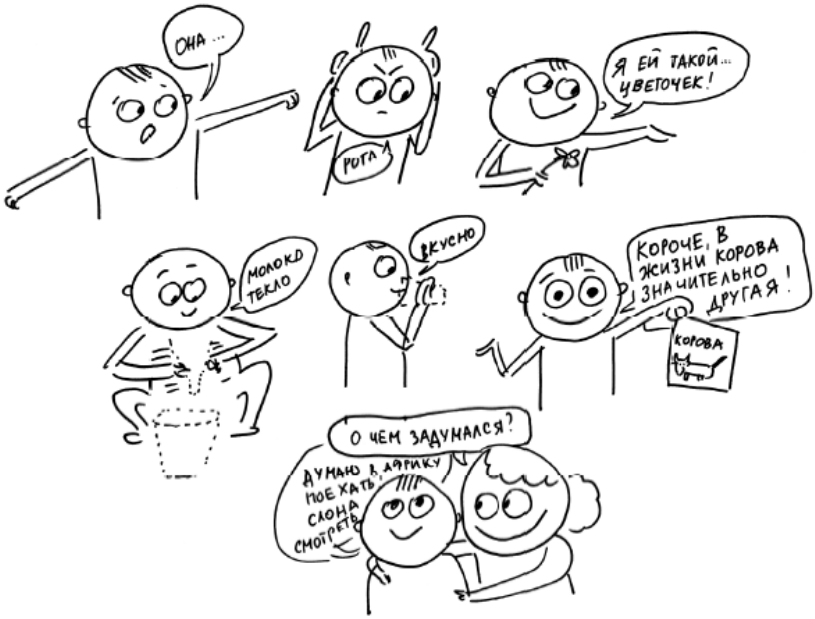
Прореживание морковки. Даю Сашке указание: выдрать 15 штук, и таких, чтобы из земли торчала толстая «попка». Самых больших, значит. Эту морковку мы сразу используем — сварим суп к обеду, и на жаркое останется. Вот вам и счет, и размер, и сравнение. И причинно-следственные связи (обед). И ответственность за урожай (не всю подряд морковку выдирать надо). Но для родителей тут есть одно условие: не просто поставить задачу, а объяснить, почему это важно сделать. И как.

Можно делегировать ребенку ответственность за приготовление пищи, поручив пожарить сардельки на мангале. Вот вам и экспериментальное знакомство с физическими свойствами огня. (Только обязательно под бдительным присмотром и чутким руководством взрослых, которые, собственно, и разведут огонь.)

* * *

Резюмируя приведенные примеры, хочу сказать, что для развития ребенка нужны главным образом не красиво изданные энциклопедии, а живой, практический опыт, новые впечатления. Вот почему городских детей полезно вывозить в деревню, в лес, на речку. Корова с огромными рогами и массивным выменем в метре от тебя дарит совсем другие эмоции, нежели картинка в книжке. И конечно, никакая картинка не может передать восхитительный запах лесной малины (ну, не так, совсем не так она пахнет в универсаме!), или грибов, или речной рыбы. И то,

что карасик скользкий на ощупь, картинка тоже не передаст.



А маленьких сельских жителей нужно привозить в город. Лифт, эскалатор, метро, трамвай — лучше один раз прокатиться, чем сто раз посмотреть картинку в книге. Что же до картинок — они тоже пригодятся для актуализации и систематизации полученных знаний. Но опыт — первичен!

Мечты как импульс к развитию

мышление
творчество
познавательныйинтерес

Вы знаете, как мечтают дети?

Истинные детские мечты не ограничены законами физики, зарплатой родителей, километрами расстояния, мнением социума, критичным отношением к своим способностям и прочими рациональностями.

Это родители подрезают мечте крылья, заботливо объясняя, почему осуществление невозможно. Родители говорят: «Это нереально…Так не бывает… Мы не сможем… Не получится».

Если подобная манипуляция с мечтой повторяется часто, дети вырастают во взрослых, которые разучились мечтать. Их

желания не выходят за пределы границ, которые они сами себе и обозначили. «Нет, это нереально» — универсальная фраза для того, чтобы подрезать любую мечту…

Не говорите ребенку «нереально» или «мы не можем себе это позволить». Скажите хотя бы: «Пока мы не можем себе это позволить, но мы что-нибудь придумаем». А лучше порассуждайте: «Как можно это получить? При каких условиях? Что для этого можно сделать?»

Мечтайте вместе с ребенком, внимательно выслушивайте и поддерживайте его мечты. Нарисуйте мечту. Сделайте с ним коллаж мечты.

Мечта — двигатель прогресса. Если бы все поверили, что летать — нереально, то не было бы сейчас самолетов… Я в детстве мечтала о кукле, которая по-настоящему ест. У современных девочек есть «беби-боны», которые и кушают, и какают. А еще я мечтала, чтобы по телефону можно было не только слышать, но и видеть. И звонить не только из дому, а вообще из любой точки планеты. Тогда это тоже казалось нереальным. Теперь есть мобильный телефон, спутниковый телефон, Интернет, скайп. Мечты сбываются. Потому что кто-то не просто мечтал, а еще и делал.

Если ребенок скажет, что хочет говорящую собаку, я не буду говорить «невозможно». Я скажу, что такой породы ПОКА нет. «Но может быть, ты что-нибудь потом придумаешь?» А дальше — зависит от степени заинтересованности и возраста ребенка. Можно читать про породы собак, можно рассказывать про разработки ученых. Кто знает, забудет ребенок про эту идею или лет через тридцать изобретет устройство, которое будет транслировать вместо рычания «отойди, а то укушу».

СЫНОК, КОМУ ОНИ НУЖНЫ?
МЕЖДУ ПРОЧИМ, ИЗОБРЕТАТЕЛЯМ КОМПЬЮТЕРА ТОЖЕ ТАК ГОВОРИЛИ...
КОГДА Я ВЫРАСТУ, Я БУДУ ПРОДАВАТЬ ВОЛОСЫ ЕДИНОРОГА!
ВАЛЕРА! КАКИЕ ЕДИНОРОГИ?
МАША! А ВДРУГ НАС ЗАВОЮЮТ ПОНИ-ЕДИНОРОГИ И, ЧТОБЫ ВЫЖИТЬ, НАМ ПРИДЕТСЯ ДЕЛАТЬ ПАРИК ИЗ ГРИВЫ ЕДИНОРОГА?

Если вдруг ребенок сообщит, что хочет стать президентом, не говорите «нереально». Ни один родитель не может знать заранее потолок развития ребенка и решать за него «это ты сможешь, а это нет» — просто не имеет права. Может ребенок или нет — это решение только ребенка. От родителей требуется поддержка: «Давай почитаем биографии президентов, постараемся понять, какие черты характера помогли им добиться этого».

Я предпочитаю не зарубать мечты своих детей, опираясь на субъективное мнение и какой-никакой опыт. Но мне важно донести до них, что для осуществления мечты мало просто мечтать, надо еще и действовать.

Второй важный вопрос, который стоит обсуждать с ребенком в контексте мечты: «А ты действительно этого хочешь? Будет ли это хорошо для тебя?»

— Вот бы все люди жили вечно. Чтобы никто никогда не умирал.

Гуманная мечта, красивая. Но:

— Тогда очень быстро наступит перенаселение. Людям не

будет хватать места и еды.

— Пусть новые люди не появляются.

— Это как? Чтобы дети не рождались? Тогда в какой-то момент окажется, что на Земле все население — взрослые люди, а детей нет. И так будет всегда.

Не знаю, как кому, а мне было бы очень скучно жить в таком мире.

— Ну пусть тогда какое-то количество детей всегда будут детьми.

— Саш, а ты бы хотел навсегда остаться ребенком? Годы идут, а ты не растешь, не меняешься. Тебе вечно будет шесть лет. Ты никогда не станешь взрослым, у тебя никогда не появятся свои дети…

> Если ребенок скажет, что хочет говорящую собаку, я не буду говорить «невозможно». Я скажу, что такой породы ПОКА нет. «Но может быть, ты что-нибудь потом придумаешь?»

— Нет, такого я не хочу.

— Вот так и получается, что смерть — это плата за возможность роста и развития. Не расти, не развиваться очень скучно.

* * *

Другой диалог.

— Вот бы была волшебная палочка! Захотел — и сразу все получил!

— А что дальше? Когда ты уже все получил?

— Я бы еще что-нибудь захотел.

— И тоже сразу все получил. Даже с места вставать для этого не надо.

— Еще что-нибудь захотел.

— В какой-то момент все желания закончатся, а их исполнение перестанет приносить радость. Радость — это когда чего-то долго ждешь, стараешься. Чем дольше ждешь, чем больше усилий прикладываешь, тем больше радости. А если сразу все задуманное случается без всяких усилий, то становится пресно и скучно.

— Как может быть скучно, если все время желания сбываются?

— А давай попробуем. Сочиним сказку про мальчика, у которого была волшебная палочка, и все его желания

моментально исполнялись.

Начинается сказка очень бодренько и позитивно. Но очень скоро даже сочинять сказку становится скучно. Захотел-по-

лучил — и никакого закрученного сюжета. Вспоминаем для примера самые интересные сказки. Оказывается, во всех этих сказках герой долго идет к тому, что ему нужно. На пути встречаются разные препятствия, которые приходится мужественно преодолевать. Если герою самой интересной сказки на первой же странице вручить волшебную палочку, то сказка тут же заканчивается. Скучно.

* * *

— Вот бы люди умели телепортироваться. Тогда бы никаких пробок не было. Время на дорогу не нужно тратить. Раз — и оказался на море. Искупался — и снова дома на диване. Никаких перелетов. Транспорт больше не нужен. Остался бы только для экскурсий. Желающие ради любопытства могут проехаться на автобусе по городу и удивиться, как раньше медленно люди передвигались. И гостиницы при телепортации не нужны. В каком бы городе ты ни гулял, вечером всегда можно телепортироваться в свою кровать. Нет, правда классно?

Ну да, классно. Раз — и на море. С моей метеозависимостью я бы могла выбирать то место в пределах планеты, где в данный момент благоприятная погода. Отпала бы необходимость собирать сумку в дорогу, думать, что из вещей взять с собой, что пригодится. Потому что раз — и ты уже дома. Но, если такая возможность будет у всех людей, где гарантия того, что, телепортируясь от уральской зимы на берег теплого моря, я найду там свободное местечко? И разве можно чувствовать себя в относительной безопасности в собственной квартире, если любой, кому вздумается, может туда телепортироваться?

Наши с детьми мысли начинают работать уже в другом направлении: «Телепортация: почему это плохо». Обсуждаем, взвешиваем, рисуем разные сценарии. Сходимся на том, что перемещаться в пространстве — это все-таки нормальная идея, но нужно ввести какие-нибудь ограничения. Например, пароли. Если это частное владение, пароли может раздавать хозяин. Например, звонит знакомый и спрашивает: «Можно я к тебе в гости сейчас телепортируюсь?» А ты ему в ответ: «Можно, пароль 2387 вступит в действие через пять минут». Почему через пять минут? Потому что надо успеть одеться.

Все эти фантазии на тему «А что было бы, если бы…» хорошо

развивают мышление.

Калории и развитие через чувство голода

математика
биология
химия
физика
чутьчутьдидактики

— Мне больше не клади! — отказывается тетя Наташа от принесенного ею же торта.

— Спокойно, дорогая, тут же написано: «Низкокалорийный». Я тебе выберу самый маленький кусочек!

В коварстве мне нет равных. Расчет прост: чем больше съест тетя Наташа, тем меньше сладкого достанется детям.

— Что значит «низкокалорийный»? — интересуется Сашка.

— Это то, о чем тебе рано думать, — смеется тетя Наташа, — а может, и вообще не придется. Мужчинам везет, им не надо так рьяно следить за фигурой.

— Почему?

Мне проще объяснить значение слова «калорийный», чем гендерные установки тети Наташи. Объяснение получается в общих чертах, не строго научное. Строго научное я, пожалуй, и сама не пойму.

— Калорийность — это энергетическая ценность продукта. В калориях измеряется, сколько энергии ты получишь, если съешь этот продукт. Высококалорийный — много энергии. Низкокалорийный — мало энергии.

— Но ведь чем больше энергии, тем лучше? — делает очевидное предположение ребенок.

— Не всегда. Если ты много двигаешься, ты и калорий тратишь много. А если калории не потратить, они превратятся в жир.

Слово «жир» чрезвычайно смешит того, у кого и грамма-то лишнего нет. Добавляю ребенку веселья, в красках рисуя перспективу ожирения:

— Вот если я начну усиленно кормить тебя тортиками, конфетами, пиццей, гамбургерами и при этом привяжу к кровати, чтобы ты не вертелся и энергию не тратил, то ты постепенно начнешь заплывать жирком.

— А ты?

— О! Я еще быстрее, чем ты, при таких-то условиях. У тебя много калорий на рост тратится, а я уже не расту.

— А когда люди расти перестают? А если бы они всю жизнь росли?

Ребенок каждый день задает вопросы — много вопросов, на самые разные темы, иногда даже не очень-то приятные для обсуждения. Последует ли за вопросом развитие — зависит от взрослого.

Если взрослый проигнорирует вопрос, развития не будет.

Игнорирование вопроса — это не только молчание в ответ. Это ответ «с потолка», не дополняющий систему знаний ребенка. К таким ответам относятся:

1. «Не сейчас», «давай попозже», «потом объясню». Бывает, действительно некогда объяснять что-то вот прямо сейчас, особенно если вопрос серьезный. Такая формулировка оправданна только в том случае, когда потом действительно следует объяснение. Но очень часто взрослые просто отмахиваются: «Потом объясню» — в надежде, что ребенок забудет. И ведь правда забывает, переключается на другое, вследствие чего интеллектуально-просветительная минута так и не наступает. Взрослые, кстати, тоже забывают, о чем спрашивал ребенок.

Норма для развития познавательной активности — это когда отсутствие ответа на вопрос беспокоит ребенка, создает дискомфорт, мотивирующий поиск ответа. Но если в его жизни «не сейчас» и «потом объясню» бывают часто, то он привыкает к вопросам без ответа, и отсутствие информации уже не вызывает у него дискомфорта. Как следствие, познавательная активность снижается.

2. Всякого рода прибаутки: «Почему?» — «По кочану!» Или «Потому что гладиолус!» Какой такой гладиолус, когда ребенок о чем-то серьезном спрашивает! Шутка — шуткой, но такие ответы не соответствуют действительности, а у ребенка дошкольного возраста к тому же мышление не абстрактное, а конкретное.

— Почему звезды не падают?

— Потому что крепким клеем приклеены.

Нет, это не подойдет и к развитию не имеет никакого отношения.

3. «Ты все равно не поймешь», «вырастешь — узнаешь» (вариант «не сейчас» и «давай попозже»). Чаще всего такие ответы говорят о нежелании взрослого подбирать правильные слова, чтобы объяснить ребенку что-то сложное. Не скажешь же

ему, что движение — это «способ существования материи, важнейший ее атрибут», надо как-нибудь попроще. Сам по себе возраст знаний не добавляет, так что ищите подходящие формулировки. Абсурдно надеяться, что с появлением на праздничном торте восемнадцати свечей, символизирующих наступление совершеннолетия, в голове у юноши или девушки автоматически появятся ответы на все вопросы, которые интересовали их в пять лет, в семь или в двенадцать.

4. «Я не знаю». Признание, конечно, честное, но бесполезное для развития ребенка. Здесь как в юриспруденции — незнание не освобождает от ответственности. Ответственность родителя в том, чтобы отвечать на возникающие у ребенка вопросы, стимулируя его познавательную активность. Я могу чего-то не знать — это нормально, я согласна со словами детской песенки: «Совершенно невозможно все на свете знать», но в нашем информационном обществе акценты давно сместились от многознания на способность искать и перерабатывать полученную информацию. Взрослый образованный человек должен уметь находить ответы на возникающие вопросы.

— А какой динозавр был самым маленьким?

— Я не знаю. Давай посмотрим в энциклопедии, какие есть мнения на этот счет.

Такой ответ — правильный.

5. Формальные ответы без прояснения сути (в развитие пункта 3). Ребенок получил ответ, но ничего не понял, не смог встроить полученную информацию в свою систему знаний. Как в том известном анекдоте:

— Папа, а почему яблоко стало коричневым?

— На месте среза яблочный сок, содержащий железо, вступает в реакцию с кислородом атмосферного воздуха, в процессе окисления оно ржавеет и, таким образом, приобретает коричневый цвет.

После небольшой паузы сын спрашивает:

— Папа, а ты с кем сейчас разговаривал?

ЕСЛИ РЕБЕНОК ЗАДАЕТ ВОПРОС

3 НЕ ОТКЛАДЫВАЙТЕ
МАМ... НУ ПОЧЕМУ СОХНЕТ?
ВЫРАСТЕШЬ - ПОЙМЕШЬ!
4 ПРИЗНАВАЙТЕСЬ И ИЩИТЕ РЕШЕНИЕ ВМЕСТЕ
Я НЕ ЗНАЮ
МАМ, НУ ПОЧЕМУ БЕЛЬЕ ВЫСОХЛО?
5 НЕ ФОРМАЛИЗИРУЙТЕ
МА-АМ... НУ ПОЧЕМУ БЕЛЬЕ СОХНЕТ?
ЭТО ЭЛЕМЕНТАРНЫЙ ЗАКОН ИСПАРЕНИЯ...

Мало того что подобное объяснение ребенку непонятно, так оно еще и не верно в принципе. Дело вовсе не в железе. Мякоть яблок содержит полифенолы и полифенолоксидазы, задача которых окислять полифенолы. Но для их взаимодействия требуется кислород. Когда целостность яблока нарушена, к этому месту поступает кислород и запускается процесс. На месте повреждения образуются новые вещества — хиноны, активно окисляющие все на своем пути. И уже в результате окислительной активности хинонов образуются новые вещества, которые придают яблоку в месте повреждения ржавый цвет. Всю эту цепочку реакций с названиями химических соединений я бы, пожалуй, не стала пересказывать ребенку. Оставила бы саму суть: вещества вступают в реакцию при контакте с воздухом. И я бы предпочла рассказать, зачем это нужно яблоку — все эти окисления. Ведь должен же быть в этом какой-то смысл? Природа мудра. Смысл — в защите от вредителей. Если гусеница прогрызет яблоко, то в этом месте начнется активный процесс окисления. Образующиеся при этом вещества могут подпортить гусенице процесс пищеварения и сделать яблоко невкусным для нее. Также «ржавчина» образует на поверхности пленочку, защищающую мякоть яблока от проникновения повреждений вглубь. Для полноты системы можно еще рассказать, что аналогичные процессы происходят и с картофелем, и с бананами, и с грибами. А для наглядности провести эксперимент, оставив на столе ломтик сырого очищенного картофеля или кусочек банана. Можно понаблюдать за другими фруктами. Груша темнеет, а лимон не темнеет. И апельсин не темнеет. (Вот, кстати, и разрушение мифа о роли железа при потемнении среза. Лимон тоже содержит такой элемент, как железо. Почему же тогда он не темнеет?) А что будет, если срез яблока натереть лимоном? Яблоко не потемнеет: лимон кислый, а при повышении кислотности снижается активность полифенолоксидаз. Вареный картофель тоже не темнеет: при нагревании полифенолоксидазы разрушаются. А разве лимонам не нужен такой же процесс, как яблокам, для защиты от вредителей? Хм… Может, и не нужен. Червячки в яблоках и грушах мне попадаются достаточно часто. А вот в лимонах и других цитрусовых я их не встречала ни разу. Может быть, просто не по вкусу гусеницам кислый лимон?

* * *

Однажды мой ребенок замечает, что половинка яблока, оставленная на столе, ведет себя как-то странно. Пролежала с

завтрака до обеда и не потемнела. В имеющуюся систему знаний это не вписывается. Есть факт — яблоко не темнеет, а понимания нет. Ведь должно же темнеть!

Я не знаю, почему оно не темнеет, но, чтобы познавательная активность ребенка не блокировалась, попробую найти ответ на этот вопрос.

Вау, оказывается, не только мне не дает покоя разрезанное яблоко, сохраняющее первозданный цвет. Запрос «почему яблоко не темнеет на срезе» настолько популярен, что поисковая система сама выдает продолжение фразы, три последних слова не надо набивать. Так вот, ученые-генетики позаботились об эстетике сервировки стола и вывели сорта яблок, у которых срезы не темнеют. Взяли и блокировали у яблочек гены, отвечающие за выработку полифенолоксидаз.

Если взять за правило отвечать на поступающие от ребенка вопросы, можно удивительным образом расширить свой кругозор. Развивая ребенка, развиваемся сами.

* * *

В норме — когда за одним вопросом следует другой: уточняющий, проясняющий или расширяющий привычные представления. Это значит, что ребенок стремится выстроить систему. Если от ребенка никакого уточняющего вопроса не последует, взрослый может сам его задать, чтобы убедиться: ребенок все правильно понял.

Иногда полезно отвечать на вопрос встречным вопросом: «А ты сам как думаешь?» Это если имеющихся у ребенка знаний достаточно, чтобы выстроить гипотезу. Иногда в детском вопросе уже содержится гипотеза. Например, вопрос «А почему звезды не падают на землю?» содержит гипотезу, что звезды просто обязаны падать на землю. Почему? Потому что в опыте ребенка все подброшенные вверх или брошенные сверху предметы падают на землю, и он убежден в том, что звезды должны вести себя так же.

Встречный вопрос «А почему они должны падать на землю?» это подтверждает:

— Потому что всегда всё сверху падает вниз.

— Да, потому что действует сила притяжения Земли. Но чем дальше объект от центра Земли, тем слабее действие этой силы. Звезды так далеко, что притяжение Земли на них уже не действует. На них другие силы действуют.

Да простят мне преподаватели физики такую вольную трактовку. Но, честное слово, курс физики мне самой стал более

понятен не тогда, когда я готовилась к зачетам, а когда объясняла какие-то физические явления своему любознательному ребенку: мотивация более сильная.

> Если взять за правило отвечать на поступающие от ребенка вопросы, можно удивительным образом расширить свой кругозор.

Кстати, о мотивации. Для самой себя скрупулезно подсчитывать калории я бы не стала. Но когда ребенок заинтересовался количеством калорий в его ужине, я освоила методику подсчета. Это оказалось несложно и даже увлекательно. Особенно если превратить подсчет в исследование: «Сколько калорий мы съедим на завтрак и как быстро снова проголодаемся?»

— А что будет, если человек проглотит пуговицу? — вопрошает ребенок, задумчиво прокручивая пуговку на рукаве.

— Выйдет непереваренная. Можно будет потом обнаружить ее в унитазе.

— А если целую горсть пуговиц проглотить?

— Тяжко организму придется… Но, думаю, тоже выйдут. Только опытным путем не проверяй.

— Я и не собирался. Я вот думаю, если человек целую горсть пуговиц съест, он при этом будет чувствовать себя сытым или голодным?

Упс… Ответа я не знаю. Строю гипотезы. Вслух.

— Если чувство голода возникает при пустом желудке, значит, когда кому-то придет в голову набить желудок пуговицами, у него должно наступить чувство сытости. Если же чувство голода имеет более сложную природу возникновения, чем пустой желудок, то не факт. Питательной ценности для организма пуговицы не имеют и потребности в калориях не удовлетворяют. Наверное, на чувство голода должно влиять не только состояние желудка, но и состояние всего организма. Давай посмотрим, что там умные люди говорят по этому поводу.

Научно-медицинский портал сообщает мне о существовании как минимум четырех гипотез возникновения чувства голода. Прочитав пару раз приведенную информацию (с одного раза я не поняла), стараюсь изложить суть в доступной форме, эмоционально окрашивая придуманные диалоги.

— Сигнал о чувстве голода нам посылает мозг: «Приятель, пора поесть!» А до этого он собирает информацию о состоянии со всего организма: «Эй, желудок, кровь, как вы там?» Если голодный человек наглотается пуговиц, желудок пошлет в мозг информацию: «Ой, в меня что-то попало». Мозг временно

приостановит сигнал голода до поступления новой информации. Он будет ждать информацию о том, что питательные вещества в кровь тоже поступили. Но так как в желудок упали пуговицы, в которых нет ничего питательного, такой информации мозг не получит. Кровь будет продолжать посылать сигнал: «Эй, мне нужны новые питательные вещества! Мне не хватает глюкозы!» Тогда мозг снова начнет посылать сигнал голода: «Приятель, хорош баловаться, давай съедим что-то нормальное!»

Это затратно по времени — искать ответы на детские вопросы. Но оно того стоит. Чем более сложные вопросы задает ребенок, тем он лучше развит.

Вместо заключения. что должен знать ребенок

развиватьлегко

Прежде чем начать работу над этой книгой, я обратилась к читателям своего паблика с вопросом «О чем вам хотелось бы узнать?».

Родители дошкольников чаще всего спрашивают: «Что же все-таки должен знать ребенок? Какими умениями и навыками он должен обладать?» (Родители школьников такими вопросами обычно не задаются. «Что должен знать» — это строго регулируется школьной программой.)

Мамы дошколят просили дать им таблицу. Таблица — это очень удобно. Посмотрел в графу «должен знать» — и работаешь в этом направлении.

Согласна, удобно, но… неестественно. Ребенок *не должен.* Ребенок может знать что-то, а может и не знать. Если он чего-то не знает из того, что есть в таблице, это ничего не говорит о его развитии. Возможно, при этом он знает и умеет многое другое, что не вошло в таблицу, но вошло в его жизнь.

> Если ваш ребенок регулярно узнает что-то новое, получает новые впечатления, приобретает новые навыки, значит, он развивается.

При всей моей любви к таблицам, здесь я давать таблицу не хочу. По таблицам «должен знать» я работала в детском саду, но там была образовательная программа. В условиях детского сада наличие такой программы оправданно: она позволяет строго регламентировать деятельность педагога. Но в этой книге я больше присутствую как мама и писала ее для мам. Маме лучше следовать не за программой, а за ребенком. Таблица навыков и образовательная программа с поурочным планированием из помощников могут превратиться в невротизи-рующий фактор, если прямо сейчас ребенок хочет читать не про диких и домашних животных в соответствии с программой, а папин журнал про марки машин и какую скорость они способны развивать.

В условиях группового занятия в детском саду у педагога нет возможности следовать за интересами каждого, поэтому все равно он будет рассказывать про диких и домашних животных. Но дома можно уступить интересам ребенка. Животных, тем более

диких, вокруг нет, а машины под окнами пролетают ежесекундно. И можно полученные из папиного журнала знания тут же на практике закрепить, не просто угадывая, а узнавая марки машин во дворе и на улице.

Интерес к животным появится позже, когда ребенок посетит зоопарк, центр юннатов, зоомагазин, выставку собак/ кошек/ кроликов.

Если ваш ребенок регулярно узнает что-то новое, получает новые впечатления, приобретает новые навыки, значит, он развивается. Условия жизни у всех разные, интересы родителей разные, соответственно, различаются и места, где бывают дети, что они видят и что слышат. Поэтому у детей одного возраста вполне могут быть разные знания, умения и навыки.

Сын нумизмата выучит названия монет разных стран.

Сын геолога, рассматривая коллекцию камней, запомнит их названия.

А ЕЩЕ С НИМИ МОЖНО РЕШАТЬ ЗАДАЧКИ НА ПОСЛЕДОВАТЕЛЬНОСТЬ, ИСКАТЬ ЗАКОНОМЕРНОСТИ, РИСОВАТЬ МАНДАЛЫ И ИЗУЧАТЬ ЦВЕТА!
ОЙ, ЛИСТИКИ! ИЗ НИХ МОЖНО СДЕЛАТЬ БУКЕТИК!

Сын переводчика будет знать иностранные слова.

Сын литератора будет играть с родителями в буриме и сочинять синквейны.

Сын инструктора по йоге будет петь мантры сидя в падмасане.

Сын математика будет складывать в уме двухзначные числа и познакомится с дробями, пропорциями и процентами еще до школы. И не потому, что это будет у родителей целью развития, а потому, что для данной семьи это будет естественно. Просто включено в повседневное общение.

У меня нет идеи, что что-то из этого лучше, а что-то хуже. И в универсальную таблицу знаний ничего из перечисленного выше не поместить.

> Условия жизни у всех разные, интересы родителей разные, соответственно, различаются и места, где бывают дети, что они видят и что слышат. Поэтому у детей одного возраста вполне могут быть разные знания, умения и навыки.

Родители, которым интересно проводить время со своими детьми и наблюдать за ними, по своим возможностям и развивающему потенциалу превосходят любые кружки, школы, центры, а также любые таблицы каких угодно знаний и навыков.

Это не значит, что дети наследуют профессии своих родителей. Вовсе нет! Неизвестно, куда уведет ребенка в будущем его познавательный интерес. Просто один ребенок в детстве развивал память, запоминая названия монет, а другой — виды камней. Но оба развивали память. И это хорошо. Сформированная способность запоминать информацию всегда пригодится, при любом выборе дальнейшей деятельности.

Если вы помогаете ребенку познавать этот мир, делясь с ним своими знаниями, отвечая на его вопросы, предоставляя возможность получить опыт, то можете быть спокойны: вы прекрасная мама, вы самый чудесный папа, и вы отлично развиваете своего ребенка.

notes

Примечания

1

Гештальтпсихология — направление психологии, отталкивающееся от того, что человеку свойственно воспринимать мир через целостные образы — гештальты, — а не через фрагменты, пусть и соединенные между собой. — *Примеч. ред.*